

KANON
RUSSIAN MONTHLY
PUBLICATION

November 2013

ЖУРНАЛ ДЛЯ
ДУМАЮЩИХ ЛЮДЕЙ

Внимание: диабет!

Как можно уменьшить бремя диабета?

Кто охраняет дверь вашего дома?

5 самых распростра-нённых сожалений

Пить воду для похудения: зачем, почему, сколько

Сила благодарности

Сокровище, преображающее жизнь. стр. 10

Благодарное сердце

Приветствую вас, друзья, на страницах нашего журнала. Мне особенно хочется поблагодарить Бога в этом месяце за то, что мы имеем сегодня.

В этом месяце мы празднуем День благодарения. Не смотря на то, какое значение отдает этому празднику сегодняшнее общество, мне хочется верить в то, что христианский мир по-особому понимает этот праздник. Но я не уверен, что все христиане принимают или понимают волю Божью. Писание ясно говорит нам о том, что мы должны благодарить Бога за все. За все — это значит за все! Все, что только мы можем представить или иметь, и не только хорошее, но и сложное и непонятное, и даже плохое. Более того, Библия делает акцент именно на то, что все, приходящее в нашу жизнь, является волей Божьей. Бог, который управляет всем, в том числе и нами, держит все в Своей руке. И мы должны быть Ему благодарны за Его чудное водительство и силу. И все это относится именно к тем людям, которые идут Его путем. У нас не должно быть страха или неуверенности в завтрашнем дне, потому что мы идем за Богом! Глядя на нашу страну, становится понятно, что время, которое народ сегодня переживает, смутное, если не сказать больше. И мне трудно представить народ, благодарный Богу. Люди, у которых в сердце уныние, разочарование вызванные экономической нестабильностью, трудно выражать искреннюю благодарность Богу за все, что сегодня просто парализовало нацию. Но благодарное сердце останется благодарным. Оно было благодарным в дни успеха, оно останется благодарным и в дни печали, а иначе мы не сможем понять волю Божию, какую Он имеет о нас. И поверьте, Божия воля определяется далеко не так, как нам иногда кажется сквозь призму нашей эгоцентричной человеческой природы. Мы не сможем познать ее до тех пор, пока полностью не доверим Ему свои сердца и души.

В нашей стране проходят выборы в местные органы власти, а во многих штатах состоялись референдумы по самым разным вопросам. Оценить всю разноплановую картину политических устремлений американцев вы можете, следя за новостями. Мы можем волноваться, избирая одного или другого, нас могут пугать направления, ценности и выбранные ориентиры, которым будут следовать будущее власть. И тем более нас могут пугать великие обещания и возможности, которые они предлагают нам для улучшения жизни. Мы знаем, что все это уже было с их стороны, и знаем, где мы сейчас есть. Все опасения были бы справедливыми, если бы не Бог, который держит в руке Своей сердце царя, а это в корне меняет положение, и наше отношение к любой власти. Но меня всегда удивляло отношение ряда христиан, которые на первый взгляд так ревностно говорят о том, что мы живем в последнее время, что скоро церковь Иисуса Христа будет иметь встречу с Богом на небесах, сами паникуют, и ведут себя так, как будто вовсе никого не ждут, а наоборот — собираются еще долго и счастливо жить на этой земле, забыв о своем призвании и цели. Когда церковь теряет свою истинную духовную суть и перестает быть той солью, которой должна являться в своем духовном превосходстве, она начинает прибегать к различным плотским, человеческим принципам, и отвечать на состояние и положение этого мира совершенно неэффективными методами борьбы со злом и грехом. Вместо того, чтобы укреплять свои истинные духовные позиции, церковь порой забывает о главном своем предназначении и функции, и становится на сторону политики и мирских интересов. За такими проявлениями можно наблюдать только с грустью. К сожалению, мы должны признать, что это так. Надо трезво понимать, что в этом бушующем мире грязных страстей, запрограммированные политики бегут к пропасти и ведут за собой людей. Библия говорит: «Разве может слепой вести слепого? И тот и другой упадут в яму». Это касается всего мира, ибо деградирует весь мир и все вместе с ним. И к пропасти бегут политики всего мира. Это забег смерти, в котором победителей и проигравших ждет одинаковая награда от дьявола.

Особенно в это нестабильное время полезно обогатиться мыслью, что все в руке у Господа, и направить себя на то, чтобы оставаться благодарным Ему во всякое время. Необходимо приблизиться к Богу, доверить семью, бизнес и самого себя в надежные руки Великого Бога, для Которого не существует никаких проблем. Это скорый помощник во всех бедах, на которого уповает благодарное сердце, а значит, остается в покое. Что еще нужно в жизни? Хотелось бы призвать всех к благодарности Богу. За все, полагаясь на Бога и его волю. Ведь именно покоя во всех сферах жизни и стабильности мы добиваемся. А благодарное сердце имеет этот дар. Имеет и живет.



С уважением,
главный редактор
Олег Мартыненко

Index

Информация — живая. Реклама — творческая. Традиция — христианская.

КАНОН

Главный Редактор
Editor-in-chief
Oleg Martynenko
editor@kanonseattle.com

Зам. гл. Редактора
Managing Editor
Nadia Khomaziuk

Редколлегия
Contributors
Olesya Sytnyk
Victoria Gaydaeva

Дизайн и верстка
Design
Alexandr Sloboda
(Kanon Advertising Agency)
www.kanonusa.com

Рекламный отдел
Office
(425) 772-8462
(425) 747-2662

Факс
Fax
(425) 740-0258

Сайт
Site
www.kanonseattle.com

Электронная почта
E-mail
info@kanonseattle.com

Адрес офиса
Mail Address
KANON INC.
14400 Bell Red Rd.
Ste #202
Bellevue, WA 98007

Часы работы
Work hours
Mo-Fr 10am — 6.30pm

Рекламное агентство
Advertising agency
www.kanonusa.com

KANON INC.



XFINITY TV транслирует Сегодня вечером на Первом канале.

В три раза больше развлечений за совсем небольшую цену.

Подпишитесь на XFINITY® Triple Play и всего за дополнительные $5 в месяц смотрите любимые русские каналы в течение полугода.

XFINITY Triple Play предлагает все самое лучшее. Самые интересные передачи, высокоскоростной интернет, неограниченные телефонные переговоры по всей стране. Воспользуйтесь этим особым предложением. То, что для вас важнее всего – с доставкой на дом.

Спешите! Акция заканчивается 01/05/14.



Добавьте ваши любимые русские каналы еще за $5 в месяц
На 6 месяцев





КОНТРАКТ НЕ ТРЕБУЕТСЯ

ШТРАФ ЗА ОТКАЗ ОТ УСЛУГ НЕ НАЧИСЛЯЕТСЯ

ДЛЯ ВАС – **САМЫЙ БЫСТРЫЙ** БЕСПРОВОДНОЙ ИНТЕРНЕТ.

ЭТО ПРЕДЛОЖЕНИЕ СКОРО ЗАКОНЧИТСЯ. ЗВОНИТЕ СЕЙЧАС!

1-866-926-0310

Предоставляются услуги переводчика





Все услуги обеспечены 30-дневной гарантией возврата денег Comcast



Будущее потрясающего

Предложение действительно до 1/5/14 и только для новых индивидуальных подписчиков. Предложение ограничено районом охвата. Необходима подписка на базовый пакет Starter XF Triple Play, который включает Digital Starter TV, Performance High-Speed Internet и XFINITY Unlimited Voice. Льготное предложение действительно только для RTN и Первого канала. Предложение не распространяется на подписчиков, оформивших подписку на указанные каналы в течение последних 30 дней. По истечении года оплата за Starter XF Triple Play возрастет до $119.99 в месяц на весь второй год. По истечении 6 месяцев плата за RTN и Первого канал будет начисляться по обычным тарифам. После окончания срока действия данного предложения, либо в случае отказа от услуг или перехода на более дешевый пакет услуг, оплата будет начисляться по обычным тарифам. Текущий тариф Comcast за пакет Starter XF Triple Play составляет $144.95-$149.95 в месяц в зависимости от района охвата. Текущий тариф Comcast за RTN/ Первый канал составляет $14.99 в месяц и за RTN + Первый канал -- $21.99. Телевидение и интернет подключаются к одной распределительной коробке. Оборудование, подключение, налоги, комиссионные сборы, в том числе Broadcast TV fee (до $1.50 в месяц), Regulatory Recovery Fee и другие надлежащие начисления (напр., оплата за отдельные звонки или за международные переговоры) оплачиваются дополнительно. Предложение нельзя комбинировать с другими льготами. Для получения дополнительных услуг телевидения необходима подписка на базовый пакет. Набор программ может изменяться в зависимости от района охвата. Интернет: предварительная оценка скорости wifi дана по отчету Allion Test Labs, Inc, август 2012. Действительная скорость доступа в интернет может быть различной и не гарантируется. Возможно начисление тарифа за активацию услуги Voice, $29.95. Услуги (в том числе доступ к 911/линиям экстренной помощи) могут быть недоступны в результате продолжительной потери электроэнергии. Гарантия возврата денег относится к оплате за один месяц подписных услуг и стандартной установке. Подробную информацию, в т.ч. об ограничениях, можно узнать по телефону.

Оглавление











Кушай хлеб без дрожжей
и живи здоровей!



www.kusherusa.com

СИЛА БЛАГОДАРНОСТИ



В ПОСЛЕДНИЙ ЧЕТВЕРГ ноября (в этом году он выпадает на 28 ноября), все США празднуют День благодарения. Многие знают историю этого праздника, связанную с английскими переселенцами выживших в суровую зиму благодаря аборигенам-индейцам. В благодарность колонисты устроили праздничное угощение пригласив помогавшее им коренное население. Так, почти 400 лет назад, родился этот праздник с красивым названием. Прибывшие в Америку англичане хорошо осознавали всю важность и ценность благодарности, добродетели, о которой когда-то древнеримский мыслитель Цицерон сказал, что ни одним качеством он не хотел бы обладать в такой степени, как умением быть благодарным. Философ считал благодарность матерью все добродетелей. Это драгоценное умение незаменимо во всех аспектах человеческой жизни, оно способно обогатить душу, укрепить связь с Богом и наладить отношения с окружающими.

THANK YOU

Что такое благодарность?

Благодарность (согласно толковому словарю Ожегова) — от «благо дарить», чувство признательности за сделанное добро, например за оказанное внимание или услугу. Но не стоит воспринимать благодарность, как что-то нужное только когда произошло значительное событие — вам подарили дорогой подарок, оказали неоценимую услугу, существенно помогли и т.п. Думаю, благодарность обретает наивысшую цену, когда она проявляется в мелочах. В простом «спасибо» за мамин суп, за поданную книгу, за ответ на вопрос, и еще миллион вещей происходящих с нами ежедневно.

Быть благодарным значит - ценить то, что даётся; видеть свои естественные и духовные богатства; извлекать из своего внутреннего мира то, что в нём заложено

Особенно если так происходит у христианина, т.к христианство и благодарность понятия нераздельные: «За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе», писал апостол Павел в одном из своих посланий (1-е Фессалоникийцам 5:18). Что значит за все? Мало кому из нынешних христиан приходит на ум поблагодарить Бога утром за то, что проснулся, за новый день, который Он дал, за то, что спать можно в мягкой и теплой постели, да и вообще за каждый вздох. Я не говорю, о тех, кто изо дня в день находится в бедственном положении, стоит перед лицом смерти, для кого комфортные условия — вещь недоступная. Такие люди чаще всего благодарят за оказанные им благодеяния, за маленькие повседневные радости, которые дарует Господь. Я заметила такую тенденцию — чем меньше у человека есть, тем больше поводов для благодарности он находит. И наоборот — при большем достатке и комфорте, меньше благодарности, зато больше жалоб. Конечно, это не абсолютная правда, бывают и исключения, но это уже отдельный вопрос. Сейчас меня все чаще и чаще удивляют те современные христиане, жизнь которых изобилует благами, о которых когда-то лишь мечтали, но они видят только поводы к жалобам. Они даже разучиваются радоваться жизни, потому что у них все не то и не так. Вычеркивая благодарность из списка собственных добродетелей, человек теряет то, что действительно важно и ценно. В своей книге «Библейское лекарство от депрессии и страха», доктор Дон Колберт приводит высказывание неизвестного автора о силе благодарности: «Благодарность открывает перед нами дверь к полноте жизни. Она помогает нам приумножить то, что у нас есть. Она превращает отвержение в принятие, хаос — в порядок, неразбериху — в ясность. Она может превратить обычный прием пищи в праздник, помещение — в милый дом, а чужого человека — в друга. Благодарность придает смысл нашему прошлому, дает нам мир в настоящем и видение на будущее». Я хорошо запомнила совет от известной американской писательницы и учителя Джойс Майер, в котором она сказала, что прежде чем в молитве начать Бога просить о чем-нибудь, нужно вспомнить 20 поводов для благодарности. Я попробовала. Обнаружила, что такая молитва не только меняет ее суть (в лучшую сторону), но и меняет отношение к жизни.

Благодарить — большое дарованье.

Тема благодарности часто встречается в творчестве. Большинство хороших литературных произведений наполнены ею. На стихи протоиерея Андрея Логвинова написана прекрасная песня «Всего-то навсего», в тексте есть такие строчки:

«Но в благодарность всю жизнь вложи Тому, кто жизнь подарил тебе».

«Но в благодарность всю жизнь вложи
Тому, кто жизнь подарил тебе».

В «Приключениях Оливера Твиста» Чарльза Диккенса встречается такое выражение: «Право же, каждому из нас дано очень много, и нам есть за что быть благодарными. Очень много, только мы этого не понимаем. Увы!» И действительно, каждому из нас есть за что сказать спасибо Тому, кто дал нам так много — от самых незаметных повседневных мелочей до великих и необыкновенных чудес. Правда также и то, что многие из нас просто не замечают того, что дано. Как я уже говорила выше, в основном люди сосредотачиваются на том, чего у них нет. Несколько лет назад, я поняла для себя, что осознание того, что у меня есть и что могу, дает мне несравненно больше, чем сожаления о том,

Thank you

чего лишена. У Алексея Сергеева есть рассказ о создании первой русской газеты под названием «Ведомости». Однажды Петр I решил, что России тоже пора иметь свою газету (в Европе они уже выходили), и лично занялся первым выпуском. Номер вышел серенький и неказистый, но царь был несказанно рад и горд — первая русская газета! С наивным восторгом ребенка он всем показывал это издание, пока не встретил графа Головина. Тот скептически отнесся к газете, сказав, что слишком уж она неприглядная, а вот «в немецком городе Гамбурге, вот там газета так газета!» Это расстроило и даже рассердило царя: «Эх, ты! — проговорил. — Не тем местом, граф, мыслишь. А ещё Головин! Нашел чем удивить — в немецком городе Гамбурге. Сам знаю: лучше, да чужое. Чай, и у них не сразу всё хорошо было. Дай срок. Радуйся

Thank You!

малому, тогда и большое придёт». Этот рассказ я читала лет 25 назад, но ключевая фраза словно впечаталась в мою память. Много лет спустя я решила внедрить ее в жизнь — это работает! Когда радуешься и благодаришь Бога, людей даже за незначительные вещи, что-то удивительное происходит и «приходит большое». Современная поэтесса Валентина Воробьевав своем стихотворении «Благодарить — большое дарованье» , так описала умение благодарить:

«Благодарить — большое дарованье,
В котором заключается успех,
Оно — твоей победы培основанье
И в искушеньях — как в конце тоннеля свет».

Вера= благодарность.

Английский писатель Честерстон однажды заметил, что религиозное воспитание малыша начинается не тогда, когда отец говорит с ним о Боге, а тогда, когда мать учит его говорить «спасибо» за вкусно испеченный пирог. Живое чувство благодарности, наподобие пружины часового механизма, является движущей силой веры. Отсутствие веры в душе человека, по мнению целого ряда мыслителей, порождает неблагодарность, один из человеческих пороков. Так, к примеру, философ Иван Ильин отмечает: «Благодарные души религиозны и потому не способны ни к зависти, ни к ненависти; а неблагодарные души лишены религиозности, и потому они не знают ни тайночувствия, ни смирения, а живут в ненависти и зависти». А потому, по мнению Ильина, «…чтобы найти путь к обновлению, углублению и окрылению своей культуры человечество должно научиться благодарить и именно на благодарности строить свою духовную жизнь. Быть благодарным значит — ценить то, что даётся; видеть свои естественные и духовные богатства; извлекать из своего внутреннего мира то, что в нём заложено». Верующие люди испытывают чувство благодарности гораздо чаще, чем неверующие. Эту закономерность объясняет французский философ Беранжер Казини. Она отмечает, что благодарность позволяет принять все, что с нами случается, а в этом смысле она похожа на Божью благодать. А православный священник Владимир Зелинский поясняет, что «благодарность

Вычеркивая благодарность из списка собственных добродетелей, человек теряет то, что действительно важно и ценно.

— это всегда зашифрованная весть о Боге, о котором мы узнаем, еще до того, как овладеваем языком или только алфавитом веры». Аналитик Ажа Ханова в своей статье о феномене благодарности, пишет: «Каждый день христианина должен начинаться и заканчиваться с чувства благодарности к Создателю, поскольку, как говорит Святое Писание, «Благо есть славить Господа и петь имени Твоему, Всевышний, возвещать утром милость Твою и истину Твою в ночи» (Псалтирь 91:2-3).» Сила любой благодарственной молитвы велика, поскольку такая молитва — свидетельство истинной веры, глубинной связи Бога и человека. Священник Александр Мень разъяснял: «Благодарственная молитва — самая прекрасная и чистая. Она не ищет своего, не просит, а — преисполнена радостным сознанием милосердия Божия, излитого на человека. За всё: за глаза, которые видят солнце и красоту мира; за уши, которые слышат гармонию звуков и Слово Божие; за разум, постигающий тайны; за сердце, способное любить, — за всё это благодарит человек. Мы слишком часто сосредоточены на тёмных сторонах жизни и забываем о том добром, что дано нам в мире…». Проводя параллель между верой и благодарностью, доктор Колберт пишет: «Один из лучших примеров благодарности — это история о десяти прокаженных, записанная в 17-й главе Евангелия от Луки». Иисус, исцелив десятерых прокаженных, сказал: «Идите, покажитесь священнику». На пути к священнику они взглянули на себя и увидели, что все язвы исчезли с их кожи и они полностью выздоровели. Одни из исцеленных — самарянин., сказал: «Подождите, я хочу вернуться и поблагодарить Иисуса». Остальные девять были евреями и не пошли с ним, но этот самарянин (самарян в тевремена презирали и считали второсортными людьми) вернулся, бросился в ноги Иисусу и поблагодарил его. Тогда Иисус велел ему подняться с колен и идти своей дорогой, сказав напоследок, что его вера спасла его.

Феномен благодарности.

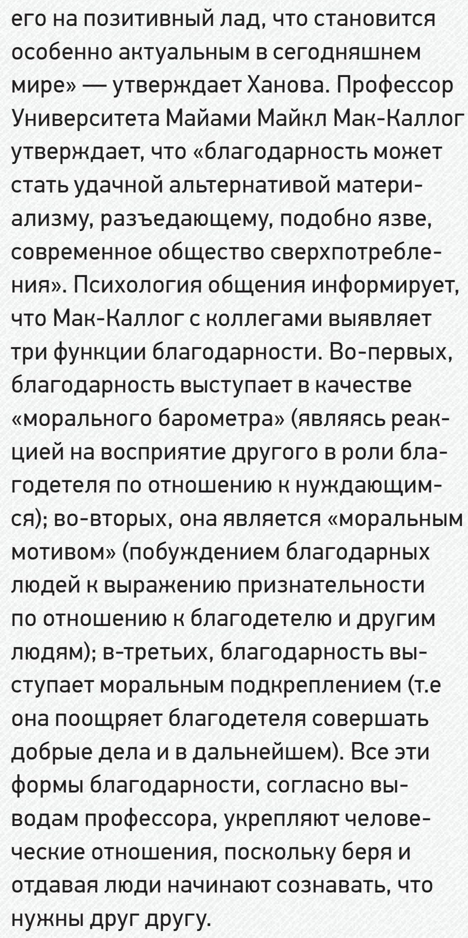
Согласно статье аналитика Хановой, изучение феномена благодарности началось еще в античные времена, когда она воспринималась как высочайшая добродетель. Сенека обращал внимание на то, что нравственная ценность благодарности в ее добровольности, ее нельзя требовать. Не следует совершать благодеяния в надежде на благодарность. «В добродетелях упражняются не ради награды: прибыль от правильного поступка в том, что он совершен», — отмечает Сенека в своем труде «О благодеяниях». Благодарность, как истинная добродетель, возвышает душу. «Если бы у меня даже совсем была отнята надежда найти благодарного человека, то и в таком случае я предпочел бы лучше не получать благодеяний обратно, чем не оказывать их», — добавляет Сенека. Кроме того, давая, важно испытывать к человеку самые добрые чувства. В том же труде римский философ утверждает: «Если хочешь, чтобы к тебе с благодарностью относились те, кому ты делаешь одолжение, то надобно не только оказывать благодеяния, но и любить». Как следствие, благодарность способствует укреплению взаимоотношений между людьми, помогает найти общий язык.

Доктор Дон Колберт, объясняя силу благодарности, приводит в пример исследования о важности данной добродетели. Было обнаружено, что благодарность способна помочь человеку достичь гораздо лучших результатов на работе, вновь обрести счастье в браке, иметь больше друзей, иметь больше сил и улучшить физическое здоровье, укрепить иммунную систему, защитить себя от сердечнососудистых заболеваний, снизить уровень стресса и прожить более долгую жизнь. Исследования также показывают, что люди, имеющие благодарное сердце, счастливее в жизни, чем все остальные. Многие ошибочно полагают, что счастье зависит от материальной достатка, от достижений в жизни или от того, где мы проводим отпуск. Это вовсе не так; истинное счастье и радость идут изнутри, и благодарность Богу — это отличный способ обнаружить эту радость внутри себя. Благодарные люди обычно лучше спят, лучше себя чувствуют, у них в жизни меньше депрессий и страхов,



люди, имеющие благодарное сердце, счастливее в жизни, чем все остальные.

а больше энтузиазма и оптимизма чем у других. Группе ученых Университета Флориды в Талахасси (США) под руководством профессора Натаниэля Ламберта в результате серии исследований удалось выяснить, что степень удовлетворения во взаимоотношениях людей зависит от вербального умения выражать благодарность. То есть чем чаще в процессе коммуникации звучат слова благодарности, тем крепче становятся отношения между людьми. Автор статьи «Феномен благодарности» ссылается на заключение профессора Ламберта: «когда вы выражаете благодарность кому-то, вы сосредоточены на том хорошем, что человек сделал для вас. Это заставляет вас видеть их в более позитивном свете и помогает сосредоточиться на их положительных чертах». Оказывается, что выражение признательности важно не только для получателя. Благодарность укрепляет отношения, повышая ответственность людей друг за друга, и улучшает общение. «Благодарность примиряет человека с миром, настраивая его на позитивный лад, что становится особенно актуальным в сегодняшнем мире» — утверждает Ханова. Профессор Университета Майами Майкл Мак-Каллог утверждает, что «благодарность может стать удачной альтернативой материализму, разъедающему, подобно язве, современное общество сверхпотребления». Психология общения информирует, что Мак-Каллог с коллегами выявляет три функции благодарности. Во-первых, благодарность выступает в качестве «морального барометра» (являясь реакцией на восприятие другого в роли благодетеля по отношению к нуждающимся); во-вторых, она является «моральным мотивом» (побуждением благодарных людей к выражению признательности по отношению к благодетелю и другим людям); в-третьих, благодарность выступает моральным подкреплением (т.е она поощряет благодетеля совершать добрые дела и в дальнейшем). Все эти формы благодарности, согласно выводам профессора, укрепляют человеческие отношения, поскольку беря и отдавая люди начинают сознавать, что нужны друг другу.



По полной симфонии на каноническую Библию, в Священном Писании насчитывается до 90 мест, в которых упоминается благодарность. Число не слишком большое, но всякий раз, находя это слово в библейских текстах, мы замечаем всю его значимость. Не соглашусь с Томасом Фуллером, назвавшим благодарность самой маленькой из добротетелей, ведь ее отсутствие влечет за собой множество пороков (кстати, по словам того же Фуллера, наибольшим из пороков является неблагодарность), зато тот, кто умеет быть благодарным — обладает сокровищем. Это не просто слово, понятие, или одна из добродетелей человеческих, это сила, способная преобразить жизнь во всех ее аспектах.

Олеся Сытник
Журналист и публицист

Конференция

в Библейской Церкви «Слово Истины»

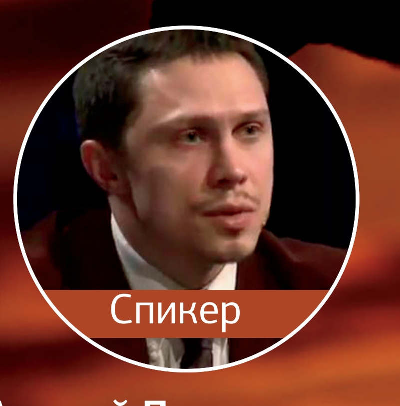
Тема: «Покаяние — это...»

Названия сессий:

1. Покаяние — это новая любовь
2. Покаяние — это новая вера
3. Покаяние — это новое исповедание
4. Покаяние — это новая чистота
5. Покаяние — это новое служение

Регистрация на сайте

www.slovoistini.org



Алексей Прокопенко
пресвитер церкви «Преображение»
г. Самары, магистр богословия

Даты:

7 декабря
9:00am-5:00pm

8 декабря
1:30pm-3:30pm

Библейская Церковь «Слово Истины»

22975 24th Ave S.
Des Moines, WA 98198

В «РУМЕД» вы можете купить любые русские лекарства, травы, кремы, шампуни, лосьоны и многое другое.

Аптека «РУМЕД»

В Такоме открылась новая аптека «РУМЕД»

«РУМЕД» — это, в первую очередь, аптека для эмигрантов из бывшего Советского Союза.

В **«РУМЕД»** вы можете **бесплатно** получать все виды лекарств, прописанных вам докторами, а также товары, необходимые для лечения и медицинского обслуживания на дому.

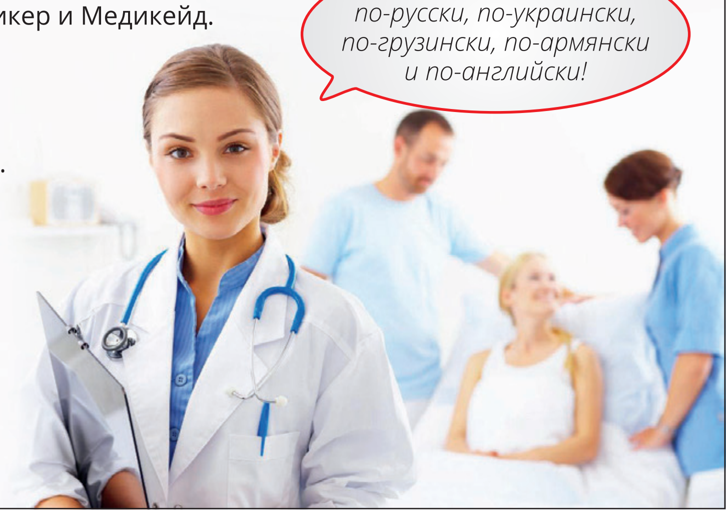
«РУМЕД» принимает все виды страховок, включая Медикер и Медикейд.

Мы говорим по-русски, по-украински, по-грузински, по-армянски и по-английски!

Для клиентов **«РУМЕД»** всегда в продаже одежда и обувь по очень низким ценам.

Клиенты **«РУМЕД»** получают купоны и бонусы.

В случае необходимости осуществляем доставку на дом.





«РУМЕД» удобно расположен на пересечении улиц UNION И CENTER, рядом с русским магазином «FRIENDLY FOOD», по адресу:
3602 CENTER ST, TACOMA, WA, 98409.

«РУМЕД» работает с понедельника по пятницу с 10:00 AM до 6:00 PM

253 627 2212

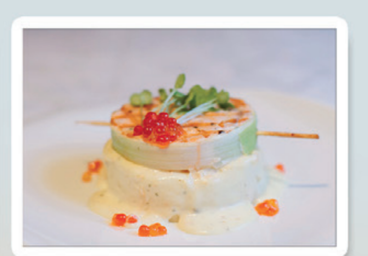


Chef du Nord Catering

Просто пальчики оближешь!







425-463-8499
Address:
501 2nd Ave W, Suite 100 Seattle, WA 98119
bonappetitseattle@icloud.com
www.chefdunordcatering.com

Chef du Nord Catering к вашим услугам:
элегентная Европейская кухня в стиле фьюжн

- французской кухни
- средиземноморской кухни
- русской кухни

Наши шеф-повара работали в лучших ресторанах Франции, России и Испании.

Уже более 13 лет они создают уникальные рецепты, каждый из которых — просто пальчики оближешь!

Мы готовим только из натуральных и органических продуктов. Индивидуальный подход, внимание и высокий уровень сервиса

- юбилеи и свадьбы
- дни рождения и семейные торжества
- конференции и выставки

Рецепт успеха Chef du Nord Catering — желание приносить людям радость.

0% interest for 24 month

ОГРОМНЫЙ ВЫБОР МЕБЕЛИ

AICO AMINI INNOVATION, CORP. · ASHLEY · Stylus · PALLISER · MILLENNIUM · SCHNADIG · Simmons




AICO

Monte Carlo Collection™



AICO

Oppulente Collection™






В нашем салоне постоянно доступны все коллекции мебели от указанных брэндов







Праздничное меню



Фаршированная щука

Состав: щука – 1 шт, свинина – 250 г, яйцо – 1 шт, лимон – 1 шт, морковь – 1 шт, помидор – 1 шт, картофель – 5шт, лук – 1 шт, сдобная белая булка, молоко – 0,5 ст., уксус – 1 ч.л., оливки, листья салата, майонез, раст. масло, зелень по вкусу, соль, перец.

Приготовление: Очищаем щуку от чешуи, делаем надрезы около головы со всех сторон. Сделав их просто отламываем голову и аккуратно тянем за неё, вытаскивая потроха. Голову пока откладываем в сторону, она нам потом понадобится. Щука имеет два плавника ближе к хвосту — верхний и нижний, стараемся аккуратно их отрезать так, чтобы не повредить шкурку. Снимаем кожу. Далее со стороны отрезанной головы отделяем кожу от мяса, чтобы шкурка у нас сошла чулком вдоль всего тела рыбы. Стягиваем чулок до самого хвоста и аккуратно отрезаем хвост так, чтобы он отделился вместе со шкуркой. Счищаем мясо, оставшееся на шкурке, и выворачиваем её в исходное положение. Отделяем филе, стараясь максимально срезать мясо с костей, а крупные кусочки разрезаем под мясорубку. Теперь нам надо почистить голову, для этого вырезаем жабры, ближние плавники и обязательно промываем её в холодной воде. Затем берём шкурку, места где мы отрезали плавники зашиваем обычной иголкой и ниткой.

Нарезаем под мясорубку свинину, яйцо, морковь, одну варёную картошку, измельчаем зелень, смачиваем хлеб в молоке, перемешиваем всё с рыбным филе и перекручиваем. Потом солим, перчим, всё перемешиваем и ещё раз пропускаем через мясорубку, чтобы наш фарш получился более мягким. Раскладываем на столе вощеную бумагу, смазываем её раст. маслом. Берем подготовленный чулок и начинаем закладывать в него фарш. Мокрыми руками разглаживаем тело рыбы, формируя правдоподобный вид, прикладываем голову и заворачиваем бумагу. Укладываем на противень и ставим в прогретую до 360F духовку. По завершении блюдо украсить.







«Уштипцы»

Состав: масло раст., зелень (укроп, петрушка, зеленый лук) – 1 пуч., соль, перец чёрный, грудинка копчёная – 150 г, брынза – 150 г, паприка сладкая молотая – 2 ч.л., вода газированная – 0,5 ст., сода – 1 ч.л., лук – 1,5 шт, фарш мясной (свинина + говядина) – 1 кг, чеснок – 5 зуб.

Приготовление: В фарш добавить мелко порезанный репчатый лук, соль, чёрный перец, паприку, соду и минеральную воду. Хорошо вымешиваем фарш и убираем на 12 часов в холодильник. Вытаскиваем фарш из холодильника и добавляем порезанную кубиком грудинку, потёртую на крупной тёрке брынзу, мелко порезанный чеснок и рубленную зелень. Хорошо вымешиваем фарш. Вылепливаем крупные котлетки. Жарим с двух сторон на небольшом огне до золотистого цвета. Складываем все котлеты в сковороду, добавляем немного (примерно 1/2 ст. воды), закрываем крышкой и томим на маленьком огне минут 10.

Мусака из баклажан

Состав: 1кг. баклажанов, 500 гр., фарша, 1 лук, 500 гр. помидор, чеснок, соль, масло раст.

Приготовление: Всё обжарить по отдельности: баклажаны нарезать полосками, посолить, дать стечь горечи и обжарить. Фарш обжарить с луком, а помидоры обжарить на сковороде — сначала чеснок, потом добавить помидоры, обжарить до упаривания жидкости, посолить и поперчить по вкусу.Теперь собираем мусаку: в жаропрочную посуду раскладываем баклажаны веером, потом слой томатного соуса, потом слой фарша и снова слой баклажанов, соус, фарш, последний слой — томатный соус. Ставим в духовку минут на 20. Подаём с картофельным пюре.

Витаминный салат

Состав: по 1 кочану салата фризе и рэдиччио, 150 г винограда, 125 г сыра, 2 маленькие красные луковицы, 1 п. специй для салатов, 1 ст.л. раст. масла, 1 ч.л. горчицы, 3 ломтика цельнозернового хлеба, 1 зубчик чеснока, 20 г ядер грецких орехов.

Приготовление: Салаты подготовить, вымыть и обсушить. Разорвать на кусочки. Виноград вымыть, косточки удалить. Сыр порезать кубиками. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Для заправки специи развести 5 ст.л. воды, смешать с раст. маслом и горчицей. Хлеб подсушить в тостере, натереть чесноком и нарезать кубиками. Грецкие орехи крупно порубить. В миске смешать салатные листья, виноград, лук и сыр. Полить маслом с горчицей и специями. Посыпать крутонами и орехами.



Мансаф

Состав: 1,5 кг мяса; 500 г сметаны; 500 мл кефира; 500 г риса; по 200 г миндальных и кедровых орешков; раст. масло; 1 ч.л. карри; соль; петрушка; готовая лепёшка.

Приготовление: Мясо нарезать кусочками, залить водой так, чтобы она полностью покрыла мясо. Добавить 1 ч.л. соли и варить 40 мин. на сильном огне без крышки до выкипания 2/3 воды. Соединить сметану и кефир, довести до кипения и варить 20 мин. на слабом огне, помешивая. Вылить смесь к мясу варить на слабом огне 40 мин. Отдельно в большом количестве воды отварить рис с солью и карри. Обжарить орехи на раст. масле. Готовый рис выложить на лепёшку, сверху - куски мяса, посыпать орехами и рубленой зеленью петрушки. Бульон подать отдельно, им поливать мансаф во время еды.



Болезни ног — явление в наше время достаточно распространенное. И это неудивительно, ведь именно ноги принимают на себя всю тяжесть тела, выполняя ежедневную работу — ходьбу. Зачастую мы забываем о том, что ноги необходимо беречь, пока не возникают проблемы. Своевременные профилактика и лечение заболеваний ног помогут продлить здоровье не только ног, но и всего организма в целом.

Красота ног начинается с их здоровья. Необходимо знать основные симптомы заболеваний, чтобы правильно и своевременно отреагировать. **В клинике докторов Илоны и Сергея Барлам** при помощи цифрового рентгена и ультразвуковой аппаратуры Вам поставят точный диагноз и индивидуально подберут комплексное лечение. **Всего за несколько сеансов** Вы сможете избавиться от болей в ногах. Проводится лечение грибковых заболеваний ногтей современными методами, искривлений пальцев, последствий переломов и вывихов, других заболеваний ног.

Теперь к Вашим услугам современно оборудованная клиника

докторов Илоны и Сергея Барлам в городе Everett.

Принимаются медкупоны и основные виды страховок, Medicare и Medcaid.
Клиника в городе Everett удобно расположена на одной плазе с русским магазином Светлана и аптекой Севан по адресу: 620 SE Everett Mall Way #210-B. Также продолжается прием пациентов в клиниках в городах Bellevue, Кент и в Северном Сиэтле. **Для записи на прием в клинику в городе Everett звоните по телефону 425-643-8901. 425-643-8901.**

Advanced Foot and
Ankle Clinic of **Bel-Red**
2001 152 Ave NE
Redmond WA 98052
Phone 425-643-9801

Advanced Foot and
Ankle Clinic of **Seattle**
10564 5th Ave NE, #103,
Seattle WA 98125
Phone 206-361-2255

Advanced Foot and
Ankle Clinic of **Kent**
23914 100th Ave SE,
Kent WA 98031
Phone 206-992-9914

Advanced Foot and
Ankle Clinic of **Everett**
620 SE Everett Mall Way #210B
Everett, WA 98208
Phone 425-643-9801

КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ МУЖЧИНА и каждая вторая женщина страдают от ощущения тяжести в ногах. Ноги болят, «гудят», «немеют», отекают, их «сводит», «мозжит» — эпитетов множество! А может быть, это ноги «кричат» о помощи? Ведь часто самые разные и порой тяжелые заболевания начинаются с ног. Далеко ли можно уйти на своих двоих, если не прислушиваться к этим сигналам «SOS»? Часто боль в ногах бывает проявлением заболеваний артерий или вен нижних конечностей (болезни «притока» и «оттока»), но ее причиной бывают и заболевания позвоночника, нервной системы и обмена веществ. Боли могут возникать при поражении костей и суставов, мышц и сухожилий, лимфатических узлов и сосудов. Проводится лечение грибковых заболеваний ногтей современными методами, искривлений пальцев, последствий переломов и вывихов, других заболеваний ног.

Такое опасное заболевание, как сахарный диабет, порой начинается именно с болей в ногах. И лишь потом выявляются и повышенный уровень сахара в крови, и другие проявления диабета. В начале ноги болят, возникают мышечные судороги, слабость в ногах, сухость кожи. Но не за горами и страшное осложнение — «диабетическая стопа». А ведь в запущенных случаях эта патология может привести к ампутации нижней конечности.

В клинике докторов Илоны и Сергея Барлам

при помощи цифрового рентгена и ультразвуковой аппаратуры Вам поставят точный диагноз и индивидуально подберут комплексное лечение.
Всего за несколько сеансов Вы сможете избавиться от болей в ногах.

Теперь к Вашим услугам современно оборудованная клиника докторов Илоны и Сергея Барлам в городе Everett.

Принимаются медкупоны и основные виды страховок, Medicare и Medcaid.
Клиника в городе Everett удобно расположена на одной плазе с русским магазином Светлана и аптекой Севан по адресу: 620 SE Everett Mall Way #210-B.
Также продолжается прием пациентов в клиниках в городах Bellevue, Кент и в Северном Сиэтле.

Для записи на прием в клинику в городе Everett звоните по телефону
425-643-8901. 425-643-8901.

ВЫСОКОКВАЛИЦИРОВАННЫЕ ДОКТОРА ИЛОНА И СЕРГЕЙ БАРЛАМ, имеющие многолетний уникальный опыт лечения заболеваний ног приглашают на прием в современно оборудованную клинику в городе Everett.

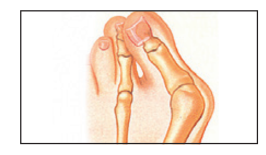
В клинике Илоны и Сергея Барлам к Вашим услугам физиотерапевтическое отделение, оборудованное самой современной аппаратурой, холодным лазером, приборами для электростимуляции и электрофореза, проводится хирургическое лечение деформации стопы и пальцев ног. Принимаются пациенты, страдающих диабетом и различными формами артритов. Снятие мерок и заказ диабетической обуви производится прямо в офисе.
Для лечения плоскостопия и высокого свода стопы предлагаются сделанные на заказ специальные ортопедические стельки. Ведет прием опытный кардиолог и специалист по заболеванию сосудов. Предлагается восстановительное лечение после травм, переломов и вывихов.

Не пренебрегайте здоровьем Ваших ног.

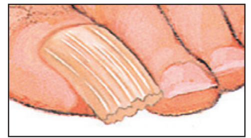


У ВАС БОЛЯТ НОГИ?

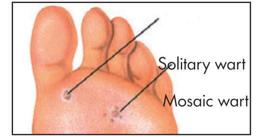
ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ НОГ У ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ



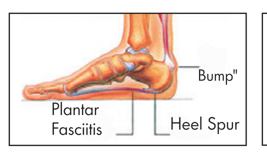
Бурсит



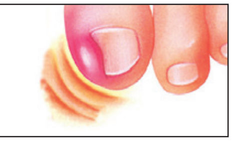
Грибок



Бородавки



Боли в пятках, шпоры



Врастающий ноготь



Искривление пальцев, мозоли, огрубевшая кожа

- **Травмы, переломы, вывихи и растяжения связок голени и ступней**
- **Хирургическая коррекция стопы и пальцев ног**
- **Боли в суставах ног, пятках, ступнях**
- **Нарушение чувствительности и онемение в ногах**
- **Плоскостопие**
- **Вросшие и утолщенные ногти, мозоли на ступнях**
- **Пяточные шпоры**
- **Грибковые заболевания кожи и ногтей**
- **Диабетические язвы**

Integrative Foot and Ankle Centers of Washington

Dr. Mikhail Burakovskiy
Dr. Velimir Petkov

В офисе проводятся:

- **Современные физиопроцедуры, лечебная физкультура, массаж**
- **Компьютерная диагностика защемленных нервов конечностей**
- **Диагностика нарушений кровообращения**
- **Лечебные блокады**
- **Рентген и ультразвуковые снимки**
- **Обувь для больных диабетом, ортопедическая обувь и ортопедические стельки по показаниям**



Kirkland
13030 121st Way NE, Suite 204
Kirkland, WA 98034

Redmond
8980 161st Way NE, Suite 320
Redmond, WA 98052

Seattle
10564 5th Ave NE, Suite 103
Seattle, WA 98125

Everett
5929 Evergreen Way, Suite 200
Everett, WA 98203

Renton
4509 Talbot Rd, Suite 104
Renton, WA 98055

(425) 822-7426
www.seattlefootdoctor.com

Принимаем Medicare и большинство страховок



- Нотариальные услуги, Апостиль.
- Гражданство США, продление Грин карты.
- Паспорта национальные, доставка с консульства Украины.
- Визы (гостевые, турестические).
- Лотерея Грин карта.
- Приглашения в США.
- Доверенности, завещания.
- Переводы документов.
- Восоединение семьи.

Нотариальные услуги

(425) 268-3358

Виталий west98204@gmail.com

Нотариальные, иммиграционные, паспортные услуги, переводы документов в **Mount Vernon, Marysville, Everett, Lynnwood**...



STERLINGBANK

Финансирование

Евгений Тихомиров

Mortgage Banker

6021 244th St SW
Mountlake Terrace, WA 98043

C 425.268.0777 P 425.673.8285
F 425.771.5055
Eugene.Tehomer@bankwithsterling.com
www.bankwithsterling.com

Время делать перефинансирование или покупать.

Лучшие цены на новые дома

Бонус покупателям до $10.000 при покупке дома в строящихся проектах!

Big 9000+ Sq Ft Lots • With Views • 3 Car Garage Homes • Starts Upper $300s



2800 Square Feet •Three Car Garage
Four Bedrooms + Den •Views • Shop

БОЛЬШИЕ УЧАСТКИ!

Mill Creek/Everett



3000+ Square Feet • Bedroom on Main Floor
Three Car Garage • Spacious Floor Plan

Более 400 новых домов в Snohomish County

Applewood от $300s



Kenmore
3 Bedroom,
2000+ Square Feet
5000+ Square foot lots
Close to everything

Caltera от $400s



Issaquah
Plans from 2300+ Sq Feet
Media Room
Large Lots
Parks
Close to Freeways

Lakeside от $300s



Lynnwood
Plans from 1800/2000 Sq Feet
Next to the Lake
Mukilteo
Schools, Playgrounds
Privacy

Woodside от $200s



Edmonds
1800 Sq Plans
Edmonds School District
Close to Freeways

Другие дома в Snohomish County

возможна покупка без downpayment

Everett $300s



4 Bedroom
2552 Square Feet
9000 Square Foot Lot
Built in 2007
Mill Creek Area

Kenmore $300s



4 Bedroom
2100 Square Feet
Built in 2009
Lake Forest Park Area

Bothell $300s



4 Bedroom
2400 Square Feet
Built in 2005
Mill Creek Area

Lynnwood $330s



5 Bedroom
2607 Square Feet
Built in 2005
Martha Lake Area

John L. Scott
REAL ESTATE



Адрес: 10820 Evergreen Way, Everett, WA 98204

По всем вопросам звоните
Евгению Кулиновскому

т. 425.444.1575

* Программа доступна ограниченное время, APR утверждается и будет зависить от квалификации. Предлагаемые дома находятся в нижеперечисленных комьюнити Shirewood, Roslyn Ridge, Squires Landing, Stonehaven. Звоните для получения более подробной информации и начличии непроданных домов. Приведенная выше информация, содержащейся в настоящей реклама не может рассматриваться как гарантия достоверности информации, представленный цифры и факты могут быть изменена без предварительного уведомления.

Foundation for International Services, Inc.



ДОВЕРЬТЕ СВОИ ДОКУМЕНТЫ FIS!



признанному лидеру среди фирм, занимающихся эвалюацией иностранных документов об образовании и переводами на иностранные языки.

Обращайтесь к нам сегодня:

Тел.: 425-248-2255
Факс: 425-248-2262
E-mail: info@fis-web.com
www.fis-web.com

Foundation for International Services, Inc.
505 – 5th Avenue South, Suite 101, Edmonds, WA 98020

Специалисты фирмы FIS лучше всех понимают трудности и специфику оценки уровня образования, приобретенного вне США. За последние 30 лет мы помогли в этом важном вопросе тысячам людей, которые благодаря этому смогли влиться в образовательную систему Америки или начать работу по своей профессии.

Если вы хотите лично принести документы в наш офис для эвалюации или перевода, пожалуйста, ознакомьтесь с полезной информацией, размещенной на нашем вебсайте (www.fis-web.com/visitors). Благодарим Вас!

УСЛУГИ ПО ЭВАЛЮАЦИИ ДИПЛОМОВ ОБ ОБРАЗОВАНИИ И КВАЛИФИКАЦИОННЫХ СВИДЕТЕЛЬСТВ

Эвалюация отдельных документов (Document-by-Document Evaluation) дает описание ваших дипломов, удостоверений или свидетельств о полученном образовании или профессиональной квалификации и предоставляет для каждого эквивалент, соответствующий американской системе. Чаще всего такая оценка требуется при устройстве на работу, для получения определенного иммиграционного статуса или виз категорий H1-B или L .

Детальная эвалюация по пройденным курсам (Course-by-Course Evaluation) дополнительно дает перечень пройденных курсов с указанием зачетов, отметок, средних баллов и часов в эквивалентах США. Этот вид эвалюации обычно используют желающие продолжить свое образование или получить лицензию для занятия профессиональной деятельностью.

УСЛУГИ ПИСЬМЕННОГО ПЕРЕВОДА

Мы являемся признанными экспертами в области перевода официальных документов. У нас вы можете заказать сертифицированный и нотариально заверенный перевод дипломов, контрактов, патентов, иммиграционных материалов и других юридических документов. В нашем распоряжении имеются высококвалифицированные сертифицированные переводчики почти всех языков мира.

Фирма FIS является корпоративным членом Национальной ассоциации агентств по оценке документов об образовании (NACES) и Американской ассоциации переводчиков (ATA).

ОБРАТИТЕСЬ К НАМ, И ВЫ ПОЙМЕТЕ, ПОЧЕМУ ТАК МНОГО КЛИЕНТОВ ДОВЕРЯЮТ НАМ!





мебели

невероятно низкие цены

Super Sale!













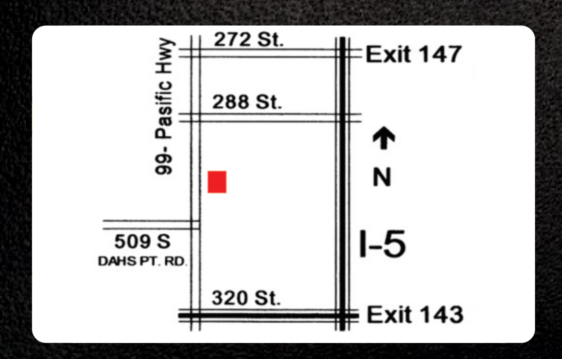








- При покупке на сумму $1000 и более Вас ждет подарок.
- Специальная скидка для молодоженов и новоприбывших.



(206) 920-9995, (253) 839-5552

29314 Pacific Hwy. S., Suite 100,
Federal Way, WA 98003

www.furnitureseattle.com

Monday – Saturday: 11:00 am – 8:00 pm
Sunday 11:00 am – 6:00 pm

Возможно беспроцентное финансирование до 3 лет


Bellingham
Mount Vernon
Mukilteo
Everett
Bothell
Bellevue
Seattle
Kent
Federal Way
Tacoma
New Life Christian Church
710 E Sunset DR, Bellingham, WA 98225
Sunday Service: 11 am
Friday Youth Service: 7 pm
Pastor: Dmitriy Zahlustin
cell: 360 420-8126
home: 360 428-5962
New Life Christian Church
315 Riverbend Road, Mount Vernon, WA 98273
Воскресные служения:
Утро в 10:00am, Вечер в 6:00pm
Среда в 7:00pm
Пастор: Леонид Дацкий
Church (360) 848-1021
Home (360) 766-5016
www.churchnewlife.com
Bethany Slavic Baptist Church
1829 South, 308th St. Federal Way, WA 98003
Воскресное служение: 1:00 p.m.
Молодёжное служение: воскр. 7:00p.m.
Четверг 7:00 p.m.
Пастор: Виктор Владимирович Зайцев
Тел.: (253) 670-9740
E-mail: viktorzaytsev@yahoo.com
Славянская церковь «Спасение» ЕХБ
10622 8th St East, Edgewood, WA 98372
Воскресенье 9:00 утра, 12 дня и 5:00 вечера
Среда 7:00 вечера
Старший пресвитер: Андрей Чумакин
тел.: (253) 952-7163
эл. почта: Info@SalvationSBC.info
www.SalvationSBC.info
Церковь «Живое Слово»
4020 S. 56th St. W. Tacoma, WA 98409
Воскресное собрание 3.00 рм.
Изучение Библии: четверг 7.00 рм.
Молодежное: пятница 7.00 рм.
Пастор: Михаил Маслов 253-307-2402
Админ-тор: Юрий Крамаревский 253-312-8454
Contact info: churchadmin@livinword.com or call (253) 312-8454 Web site: livinword.com
Библейская церковь «Слово Истины»
22975 24th AVE S
Des Moine, WA 98198
Воскресенье — 1:30 pm
AWANA — 6:00 pm
Пастор: Павел Львутин
www.slovoistini.org
Церковь «Пенуэл»
5113 Pacific Hwy E #4
Fife, WA 98424
Fife business Plaza
Каждое воскресенье 11:00 am
Пастор: Роман Митин
Тел: 253-906-3020
www.romanmitin.com
Библейская церковь «Да
Адрес: 11420 SE 248th St, Кент
Служения:
Воскр. - 2:00 pm
Понед. - 6:30 pm
воскресная школа для детей
Понед. - 7:30 pm разбор слова
Пастор: Юрий Петрус
Тел.: 206-595-4601

Вашингтон христианский

Христианский Центр «Жатва»
830 SE Everett mall Way
Everett WA 98208
Служения:
Воскресенье 11:00 ам
Исцеление: Пн. 6:30 pm
Среда 7:00 pm
Молодежное: Пт. 7:00 pm
Пастор: Николай Кулакевич
Тел.: 425-514-3272

Light to The World Church
Адрес: 14434 8th St. NE, Bellevue, WA 98007
Служения: Воскресенье: 2:00 pm,
Молодежное служение: четверг – 7pm.
Школа русского языка: суббота – 10pm.-1pm.
АА встречи: пятница – 8pm.
Воскресная школа: воскр. - 3pm.
Детский садик: Воскр. – 2pm.-5pm.
Четверг 7:00pm - молодежное служение
Пастор: Виктор Лобановский
Тел.: 206-579-8450
www.lttwchurch.org

Evangelical Baptist Church
Адреса: 1600 Central Ave. S. #101, Kent WA 98032
Розклад Богослужінь:
Неділя. - 10:00 am та 6:00 pm
П'ятниця. - 7:00 pm
молитовне служіння, Біблійна школа для дітей
Пастор: Леонід Літушко
Тел.: 253-249-5188
E-mail: leonid@hotmail.com
Site: www.ebck.com

р Любви»
WA 98030

и молитва

География

На севере штат Вашингтон граничит с канадской провинцией Британская Колумбия, на востоке — со штатом Айдахо, на юге — со штатом Орегон. На западе он омывается водами Тихого океана.

Столица	Олимпия (Вашингтон)
Крупнейший город	Сиэтл
Губернатор	Кристин Грегуар
Площадь	18-я по США
- Всего	184 673 км²
- Суши	172 446 км²
- Воды	12 227 км²
- % воды	6,6%
Население	14-е по США
- Всего (на 2000 г.)	5,9 млн
- Плотность	34,2/км²
- % этнических русских	1,4%
Стал штатом	42-м по порядку
Дата образования	11 ноября 1889

Информация о церквях размещается на правах рекламы. Представленный список не претендует на полноту.

Внимание: диабет!

В США есть программа NHO (National Health Observances/ Национальное наблюдение за здоровьем), по которой каждый месяц года приурочен к определенной теме в области здравоохранения.

В рамках этой программы есть календарь, указывающий когда и какие проблемы человеческого здоровья будут «на пульсе». Так, согласно этому календарю, ноябрь является «месяцем знания» о диабете.



ДИАБЕТ — это хроническая болезнь, развивающаяся в тех случаях, когда поджелудочная железа не вырабатывает достаточно инсулина или когда организм не может эффективно использовать вырабатываемый им инсулин.
Инсулин — это гормон, регулирующий уровень содержания сахара в крови. Общим результатом неконтролируемого диабета является гипергликемия, или повышенный уровень содержания сахара в крови, что со временем приводит к серьезному повреждению многих систем организма, особенно нервов и кровеносных сосудов.
Существует несколько видов этого заболевания:

ДИАБЕТ ТИПА 1

При диабете типа 1 (ранее известном как инсулинозависимый, юношеский или детский), для которого характерна недостаточная выработка инсулина, необходимо ежедневное введение инсулина. Причина этого типа диабета неизвестна, поэтому в настоящее время его нельзя предотвратить.

Симптомы включают чрезмерное мочеотделение (полиурию), жажду (полидипсию), постоянное чувство голода, потерю веса, изменение зрения и усталость. Эти симптомы могут появиться внезапно.

ДИАБЕТ ТИПА 2

Диабет типа 2 (ранее именуемый инсулиннезависимым или взрослым) развивается в результате неэффективного использования инсулина организмом. Диабет типа 2, которым больны 90% людей с диабетом в мире, в значительной мере является результатом излишнего веса и физической инертности.

Симптомы могут быть сходными с симптомами диабета типа 1, но часто являются менее выраженными. В результате болезнь может быть диагностирована по прошествии нескольких лет после ее начала, уже после возникновения осложнений.

До недавнего времени диабет этого типа наблюдался лишь среди взрослых людей, но в настоящее время он поражает и детей.

ГЕСТАЦИОННЫЙ ДИАБЕТ

Гестационный диабет является гипергликемией, которая развивается или впервые выявляется во время беременности.

Симптомы гестационного диабета схожи с симптомами диабета типа 2. Чаще всего гестационный диабет диагностируется во время пренатального скрининга, а не на основе сообщаемых симптомов.

ПОНИЖЕННАЯ ТОЛЕРАНТНОСТЬ К ГЛЮКОЗЕ И НАРУШЕНИЕ ГЛИКЕМИИ НАТОЩАК

Пониженная толерантность к глюкозе (ПТГ) и нарушение гликемии натощак (НГН) являются промежуточными состояниями между нормой и диабетом. Люди с ПТГ и НГН подвергаются высокому риску заболевания диабетом типа 2, хотя это не является неизбежностью.



КАК МОЖНО УМЕНЬШИТЬ БРЕМЯ ДИАБЕТА?

Простые меры по поддержанию здорового образа жизни оказываются эффективными для профилактики или отсрочивания диабета типа 2. Чтобы способствовать предупреждению диабета типа 2 и его осложнений необходимо следующее:

- добиться здорового веса тела и поддерживать его;
- быть физически активным — по меньшей мере, 30 минут регулярной активности умеренной интенсивности в течение большинства дней; для контролирования веса необходима дополнительная активность;
- придерживаться здорового питания, потребляя фрукты и овощи от трех до пяти раз в день, и уменьшать потребление сахара и насыщенных жиров;
- воздерживаться от употребления табака — курение повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.



ДИАГНОСТИРОВАНИЕ И ЛЕЧЕНИЕ

Диагностирование на ранних этапах можно осуществлять с помощью относительно недорогого тестирования крови.

Лечение диабета состоит в снижении уровня содержания глюкозы в крови и уровней других известных факторов риска, разрушающих кровеносные сосуды. Для предотвращения осложнений также важно прекратить употребление табака.

Мероприятия, которые позволяют сэкономить расходы и являются практически осуществимыми:

- контроль за умеренным содержанием глюкозы в крови. Людям с диабетом типа 1 необходим инсулин; людей с диабетом типа 2 можно лечить пероральными препаратами, но им также может потребоваться инсулин;
- контроль кровяного давления;
- уход за ногами.

Другие мероприятия, позволяющие сэкономить расходы, включают:

- скрининг на ретинопатию (которая вызывает слепоту);
- контроль за содержанием липидов в крови (для регулирования уровня холестерина);
- скрининг с целью выявления ранних признаков болезней почек, связанных с диабетом.

ДИЕТА

Питание должно быть дробным (5-6 приемов в сутки), что способствует более равномерному всасыванию углеводов из кишечника с нерезким повышением уровня глюкозы крови.

Пищу необходимо принимать в определенные часы, тогда будет легче регулировать сахар крови и дозу инсулина.

Надо исключить или ограничить продукты, высоко поднимающие сахар крови: сахар, кондитерские изделия, варенье, джем, виноград.

В рацион питания должна быть включена пища с достаточным содержанием клетчатки, «пищевых волокон» (овощи, мучные изделия), так как эти продукты в меньшей степени повышают сахар.

Желательно, чтобы приготовленные блюда содержали небольшое количество жира (~30%), причем более половины (до 75%) его должно быть представлено растительными маслами (подсолнечное, кукурузное, оливковое и др.).

Для больных диабетом с избыточным весом нужно включать в диету такие овощи, как свежая и квашеная капуста, шпинат, салат, зеленый горошек, огурцы, помидоры. Это усиливает чувство насыщения. При диабете значительно страдает печень. Для улучшения ее функции нужно вводить в диету продукты, содержащие липотропные факторы (творог, овсянка, соя и другие), и ограничивать жареные блюда, а так же мясные и рыбные бульоны. Пища больного сахарным диабетом должна быть богата витаминами, поэтому полезно вводить в рацион витаминоносители: дрожжи пекарные, пивные, отвар шиповника, СПП, БАД.



Запрещено употреблять в пищу: кондитерские изделия, сдобу, варенье, конфеты, шоколад, мед, мороженое и прочие сладости, острые, соленые, пряные, копченые закуски и блюда, свиной и бараний жир, алкогольные напитки, бананы, виноград, изюм.

Главная лечебная цель диетического питания при сахарном диабете — нормализовать обменные процессы в организме. Показателем нормализации является снижение уровня сахара в крови. Одновременно улучшается и общее самочувствие больного: уменьшается жажда, повышается работоспособность.



1.888.887.5599
tell:425.787.1377
fax:425.710.7528

1228 147TH PL SW
LYNNWOOD, WA 98087

Авиабилеты

Kiev	**$339**
Moscow	**$319**
St.Petersburg	**$319**
Lvov	**$439**
Tel-Aviv	**$559**
Kishenev	**$388**
Tallin/Riga/Vilnus	**$229**
Warshawa	**$342**
Frankfurt	**$256**
Minsk	**$331**

Круизы

Caribbean 7nt	**$279**
Mexican Riviera 5nt	**$239**
Alaska 6nt	**$499**

Отдых

Hawaii	**$599**
Mexico	**$614**
Caribbean	**$622**
Las Vegas	**$218**
Disneyland	**$358**
Florida	**$474**
Karlovy Vary	**$987**

Fares are subject to change until ticketed.
Taxes are not included.

США урезают продовольственное пособие для бедных



www.bbc.co.uk

На продовольственное пособие семье из четырех человек теперь будет выделяться на 36 долларов в месяц меньше, чем раньше, говорят официальные лица.

Это затронет 47 миллионов беднейших американцев.

По информации агентства Рейтер, в 2012 финансовом году пособие на одного человека составляло в среднем 133 доллара в месяц.

Расходы на продовольственную помощь в США выросли до 80 млрд долларов в год из-за роста безработицы и цен на продукты питания.

Примерно 14% американцев полагаются на бесплатную продовольственную помощь, выдаваемую по «фудстемпам», носящим такое название с прежних времен, когда они имели форму бумажных купонов.

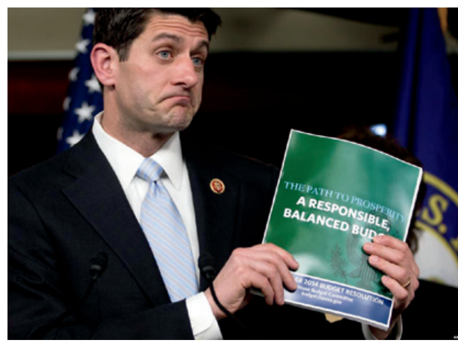
Когда начался нынешний экономический кризис, программа была расширена, чтобы стимулировать рост экономики и помочь беднейшим американцам.

Однако республиканцы в Конгрессе требуют провести дальнейшие сокращения средств, выделяемых для программы, заявляя, что она должна быть нацелена на помощь тем, кто в ней нуждается больше других.

Владельцы продовольственных магазинов по всей Америке беспокоятся, что сокращения приведут к снижению расходов потребителей.

Конгрессмены США продолжают спорить о том, как можно еще больше сократить финансирование правительства.

Комитет Конгресса США попытается преодолеть бюджетный кризис



Майкл Боуман (www.golos-ameriki.ru)

Группа законодателей, представляющих обе политических партии и обе палаты Конгресса США, приступила к работе по поиску выхода из бюджетного тупика, который ранее в этом месяце привел к частичному закрытию правительства.

Межпартийный бюджетный комитет должен выработать финансовое соглашение к середине декабря — за несколько недель до того момента, когда расходные полномочия федерального правительства истекут вновь.

В течение ближайших шести недель комитет должен сделать то, что Конгрессу не удавалось сделать на протяжении нескольких лет: согласовать позиции демократов и республиканцев по уровню федеральных расходов и, по возможности, выработать план улучшения финансового состояния здоровья Америки на ближайшее десятилетие.

Хотя основная работа комитета будет проходить за закрытыми дверями, его первое заседание в среду было открыто для прессы. 29 членов комитета по очереди брали слово, и межпартийные финансовые разногласия вскоре стали очевидными.

Республиканцы выступают против повышения налогов. Об этом, в частности, заявил председатель бюджетного комитета Палаты представителей Пол Райан.

«Увеличивать налоговое бремя на семьи, которым деньги достаются с большим трудом, это не выход, — сказал он. — Я знаю, что со мной согласятся мои коллеги-республиканцы. Поэтому я с самого начала хочу сказать, если работа этого комитета превратится в спор о налогах, то мы ни к чему не придем. Увеличение доходов должно осуществляться через экономический рост».

Со своей стороны, демократы считают, что решать финансовые проблемы страны только через сокращение расходов — это тоже не выход. Председатель бюджетного комитета Сената Пэтти Мюррей сказала, что она готова согласиться с реформированием затратных программ выплаты пенсий и оказания медицинских услуг пожилым американцам, но только в том случае, если республиканцы проявят такую же гибкость в вопросе о доходах.

«Ради достижения соглашения я готова пойти на ряд трудных уступок, — сказала она. — Но компромисс должен быть двусторонним. И если мы готовы подчистить социальные программы, чтобы найти источники экономии средств, то республиканцы также должны быть готовы подчистить налоговый кодекс и закрыть некоторые затратные налоговые лазейки. Потому что было бы несправедливо и неприемлемо возлагать это бремя исключительно на пожилых людей и семьи».

Данный комитет является аналогом так называемого «суперкомитета», который в прошлом году безуспешно пытался выработать долгосрочное бюджетное соглашение. Провал этих попыток привел к автоматическому секвестру всех статей расходов. Очередной этап секвестра должен произойти в следующем году, если законодатели не придут к бюджетному сокращению.

Многие демократы не хотят допустить новых сокращений социальных программ, в то время как многие республиканцы встревожены перспективой новых сокращений военного бюджета. Комитет может заменить секвестр другими мерами экономии, но только в случае, если бюджетное соглашение между демократами и республиканцами будет достигнуто.

Такое соглашение также снимет угрозу очередного закрытия правительства в январе, когда финансирование федерального правительства может вновь прекратиться.

Сенат близок к принятию законопроекта о предотвращении дискриминации гомосексуалов



Майкл Боуман (www.golos-ameriki.ru)

Законопроект о защите прав гомосексуалов и трансгендерных американцев от дискриминации на работе преодолел первое препятствие в Сенате США, и ожидается, что он будет принят в ближайшие дни.

Закон о запрете дискриминации на работе был поддержан президентом Бараком Обамой, однако вряд ли он будет вынесен на голосование в контролируемой республиканцами Палате представителей.

В понедельник контролируемый демократами Сенат проголосовал 61 голосом против 30 за начало дебатов по законопроекту. Такое большинство практически обеспечит прохождение законопроекта при окончательном голосовании.

Сейчас, когда однополые браки вышли на передний план борьбы за права гомосексуалов, этот законопроект призван решить еще одну проблему: ограничения, с которыми сталкиваются гомосексуалы, работающие и поддерживающие себя материально. В большинстве штатов не считается нарушением закона, если человека не берут на работу или увольняют из-за сексуальной ориентации или гендерной принадлежности.

Сенатор-демократ Том Харкин заявил, что закон призван запретить подобную дискриминацию на всей территории страны.

«Лесбиянки, геи, бисексуалы и трансгендерные (ЛГБТ) американцы заслуживают такой же защиты их гражданских прав от дискриминации, как и все остальные американцы. Этот законопроект призван обеспечить это, — сказа Харкин. — Ни одному американцу не может быть отказано в приеме на работу и ни один человек не должен бояться потерять работу по любой причине, кроме отсутствия способности выполнять эту работу».

Все сенаторы-демократы проголосовали за законопроект. К ним присоединились семеро республиканцев, в том числе Сюзан Коллинз.

«Право на труд является одним из основных прав, — сказала Коллинз. — Как мы можем без всякого зазрения совести лишать этого права любого ЛГБТ-американца, который имеет соответствующую квалификацию и хочет работать».

В понедельник ни один сенатор не высказался против законопроекта. Однако, несмотря на предусмотренные законопроектом исключения для религиозных организаций, некоторые консервативные группы осудили его, назвав ущемлением прав верующих и посягательством на свободу вероисповедания.

В Палате представителей спикер Джон Бейнер выступил с заявлением, в котором отмечается, что этот закон позволит людям подавать необоснованные иски и воспрепятствует созданию рабочих мест. Без поддержки Бейнера вряд ли законопроект будет вынесен на голосование в Палате представителей, да и непонятно, пройдет ли он даже в случае, если голосование все-таки состоится.

Во многих из наиболее известных американских корпораций уже действуют правила, запрещающие дискриминацию на основе сексуальной ориентации. Согласно результатам опросов, абсолютное большинство американцев не только поддерживают защиту прав гомосексуалов на работе, но ошибочно полагают, что во всей стране такая защита уже существует. Действующие в США законы запрещают дискриминацию по таким признакам, как расовая принадлежность, пол, религия и инвалидность.

Законы о защите прав гомосексуалов на работе действуют более чем в четырех десятках стран, в том числе во многих европейских странах, в Канаде, Израиле и Австралии.

Цены на жилье в США быстро растут



www.americaru.com

Цены на жилье в США в августе выросли по сравнению с прошлым годом и февралем 2006 года. Но рост цен замедлился во многих городах с июля. Это знак того, что взлет цен в прошлом году, возможно, достиг своего максимума.

Для 20 мегаполисов индекс цен на дома вырос на 12,8 процента в августе, на 12,4 процентов в июле по сравнению с прошлым годом. Все 20 городов показали прибыль по сравнению с прошлым годом.

Тем не менее, цены в 20 городах выросли всего на 1,3 процента в августе. Это по сравнению с 1,8 процентами прироста в июле. 16 из 20 городов сообщили о маленьком повышении цен в августе.

Большой спрос на дома помог снизить цены по сравнению с прошлым годом. Но в течение лет, ставки по ипотечным кредитам подскочили до своих рекордных минимумов. Слабый рост числа рабочих мест также препятствует покупке жилья.

Цены в Лас-Вегасе выросли на 29,2 процента по сравнению с прошлым годом, что является самым высоким показателем в стране.

Цены в Денвере и Далласе достигли рекордных уровней в августе. Средняя цена на дом вернулась на такой уровень какой был в 2004 году и на 22 процента ниже своего пика в апреле 2006.

Цены в Сан-Франциско увеличились на 0,9 процента в августе, по сравнению с 2,2 процентами в июле.

Пить воду для похудения: зачем, почему, сколько

Вода — основа жизни на Земле. Кроме того, вода помогает стройнеть, если употреблять ее в достаточном количестве. Так сколько нужно воды?

КАЖДЫЙ, кто хоть раз хотел похудеть, начинал с выбора диеты и программы физических упражнений. Но, подсчитывая калории, рассчитывая число необходимых в сутки белков, жиров и углеводов, составляя график кардио- и силовых тренировок, мы часто совершаем одну фатальную ошибку. Мы забываем, что необходимо пить воду для похудения. Тогда как без достаточного количества чистой питьевой воды все наши усилия по сокращению объемов тела становятся бессмысленными. Почему же важна вода? Откуда взялось правило, что нужно пить много воды для похудения?

Вода — основной материал для образования в организме специальной жидкости, «смазки» для мышц и суставов. Крайне опасно недополучить воды, если вы занимаетесь даже самой простой растяжкой и самыми легкими силовыми и кардио-тренировками. Те, кто всерьез занимается спортом, прекрасно знают, что если пить мало воды, можно получить мышечные спазмы. Поэтому перед любой тренировкой, даже если это элементарная утренняя зарядка, нужно пить не менее двух стаканов воды. То же следует делать во время упражнений и обязательно после них.

Известно, что недостаточное количество жидкости приводит к запорам. Но вода славится не только предотвращением запоров. Она крайне важна для проткания главных химических реакций во время пищеварения. Белки и углеводы, используемые организмом в питательных целях, переносятся в кровеносную систему исключительно с помощью воды. Пить воду для похудения важно и с точки зрения избавления от продуктов жизнедеятельности: пресловутое зашлаковывание происходит в первую очередь в условиях нехватки воды.

Вода сжигает жир и создает новые мышцы. Как это происходит? Мы упоминали, что нехватка воды замедляет синтез белков, а без этого процесса не образуется новая мышечная ткань. «Лепка» мышц требует от организма большого количества энергии. Если калории не сгорают в процессе образования мышц, они пойдут в жировые запасы. Если вы получаете достаточно воды, в первую очередь, идет рост мышечной ткани, а уже потом — жировой.



Вода уменьшает количество инфекционных заболеваний. Если клетки недополучают воды, они снижают свою жизненную активность и плохо противостоят инфицированию. Нехватка воды — прямой путь к снижению иммунитета.

Пить много воды для похудения важно потому, что вода восстанавливает энергетические потери организма. За день мы теряем примерно десять стаканов жидкости (около двух литров) — во время дыхания, потоотделения и процессов избавления от продуктов пищеварения. Мы даже не замечаем, что часто обезвоживаем организм. Одна из самых распространенных причин головных болей, усталости и раздражительности — недостаток воды. Кроме того, с водой человек получает кислород, который необходим для сжигания жира. Если кислорода недостаточно, тело не сможет сжечь жир, превратив его в энергию.

Вода выводит из организма токсины. Чем меньше токсинов, тем больше у тела энергии, тем больше мы сжигаем калорий — тем быстрее и эффективнее худеем.

Вода «охлаждает» организм. Если воды недостаточно, после физических упражнений вы можете чувствовать слишком сильную усталость, почти изможденность. Степень перегревания тела во время тренировок напрямую зависит от количества воды, которую вы выпиваете до, во время и после занятий спортом.

Известный факт: здоровый образ жизни сказывается на состоянии кожи. Под здоровым образом жизни понимается не только сбалансированное питание, хороший сон и физическая нагрузка, но и достаточное количество воды. Молодая сияющая кожа напрямую зависит от жидкости, которую вы выпиваете каждый день. Вода увлажняет кожу изнутри, предотвращает сухость, повышает ее эластичность и упругость.

Есть несколько правил, которые нужно соблюдать, чтобы получить от воды максимальную пользу.

- Всемирная организация здравоохранения рекомендует пить не менее 30 мл воды на килограмм веса в сутки.
- Организм может усваивать не более 120 мл воды за 10 минут. Необходимо следить за тем, чтобы каждый час выпивать примерно стакан чистой питьевой воды. Лучше делать это в несколько приемов, чем залпом.
- Во время силовых тренировок пейте не менее полулитра воды.
- Во время кардио-тренировки пейте не менее литра воды.
- Ночью организм обезвоживается. Поэтому первое, что нужно делать, когда вы просыпаетесь, — выпить как минимум два стакана воды.

Чтобы вода доставляла вам удовольствие и не была тяжкой повинностью, сделайте из нее развлечение. Добавляйте в воду лед из пюрированных ягод и просто свежие ягоды, кусочки фруктов, мяту и другую любимую зелень.

ECTACO®
eBOOK READERS & TRANSLATORS

Не будь индюком!

Говори по-английски сразу с Partner® LUX2

Happy Thanksgiving SALE!

Новинка! LUX2

В субботу 16 ноября Portland, OR

В воскресенье 17 ноября Seattle, WA



всего за ~~$499.95~~ **$349.95**

+ ПОДАРКИ!

PARTNER® LUX2

- ВАМ НЕ НУЖНО ПОДКЛЮЧАТЬСЯ К ИНТЕРНЕТУ, ВАМ НЕ НУЖНО ПОДБИРАТЬ СЛОВА И ТЕМЫ, — ПРОСТО ГОВОРИТЕ!
- **Partner® LUX2** переведет вашу речь с русского на английский и произнесет по-английски, а речь собеседника с английского на русский.
- Встроенный в **Partner® LUX2** сканер **ScannFo** мгновенно перенесет текст вашего письма на английском на экран **Partner® LUX2** и переведёт его на русский.
- Если вам нужно написать письмо, просто надиктуйте его по-русски. На экране появится русский текст, который будет автоматически переведён на английский. После этого вы можете послать любой из этих текстов по e-mail или на печать.
- **Partner® LUX2** решает проблемы с грамматикой при помощи видеокурса английского языка профессора **Виталия Левенталя**. Не выходя из дома, задавайте вопросы лично профессору Левенталю, записавшись на его **Webinar**.
- Вы быстро наберете огромный словарный запас при помощи программы **Language Teacher®** и **Language Teacher® Advance.** Выбийте темы, которые интересуют вас в данный момент и выучивайте слова к ним со скоростью слово в минуту, используя зрительную и слуховую память, а также визуальное восприятие.
- **Partner® LUX2** позволяет вам учить английский когда хотите и где хотите: когда готовите, когда водите машину и даже когда спите. Программы **U-Learn®** и **U-Learn® Advance** позволяют развить речевую моторику и научиться «слышать» английский.

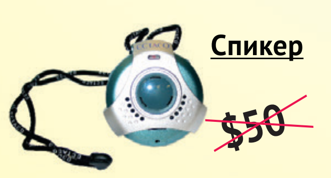
+ ПОДАРКИ!*



Набор аксессуаров ~~$100~~



Словарь ML350 ~~$100~~



Спикер ~~$50~~



Книга В.Левенталя ~~$50~~

*бесплатно с покупкой или обменом на Partner® LUX2!

БЕСПЛАТНАЯ БЕСПРОИГРЫШНАЯ ЛОТЕРЕЯ!

ТОЛЬКО ОДИН ДЕНЬ!
В беспроигрышной лотерее разыгрываются дополнительные скидки и подарки. Выигрывают все!



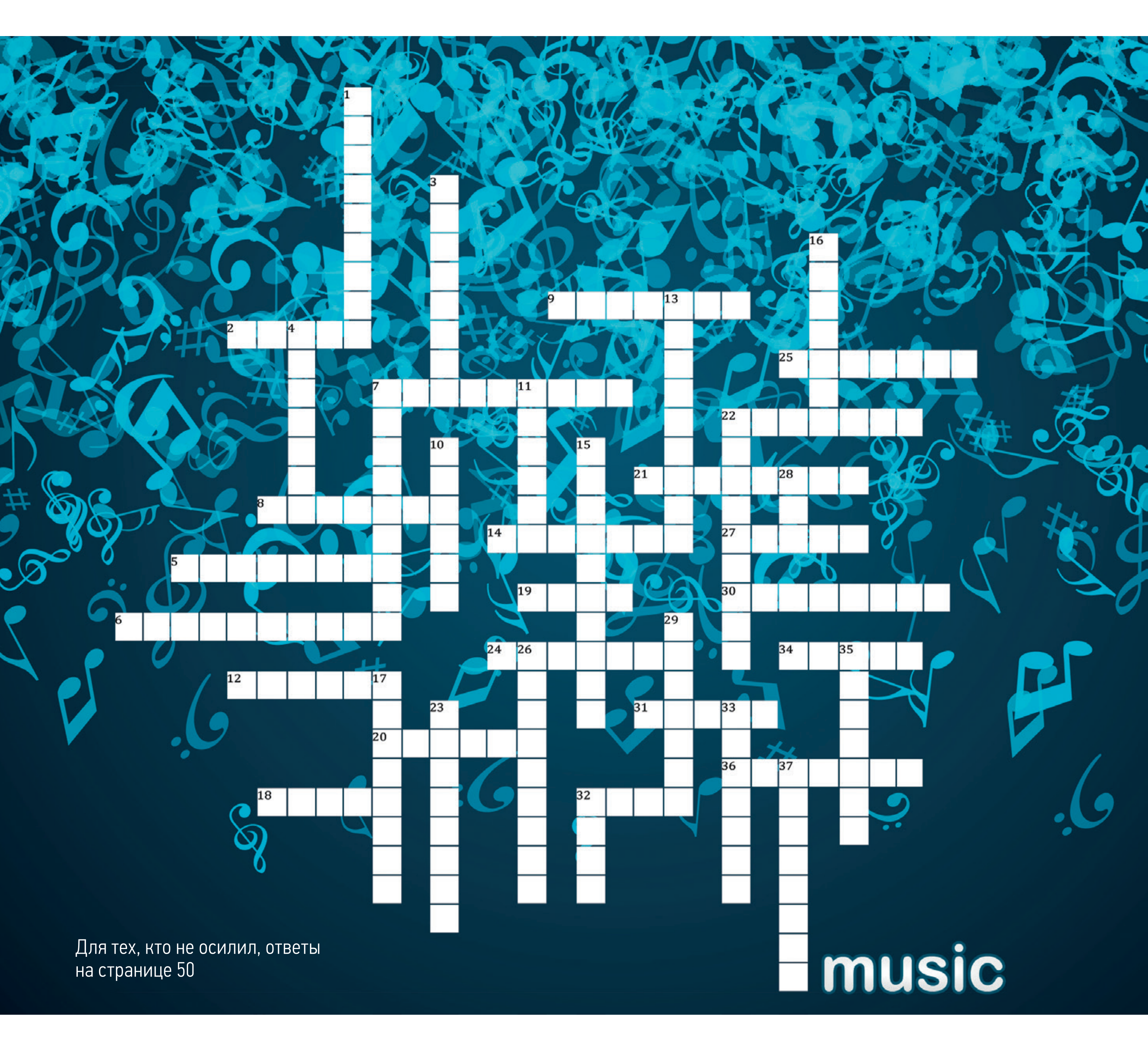
* All deals are valid with purchase of Partner® LUX2

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА ДО $250 ПРИ ОБМЕНЕ СТАРЫХ СЛОВАРЕЙ НА PARTNER® LUX2!

В субботу, 16 ноября — с 10am до 6pm
в книжном магазине “Персида”
11051 SE Division St, Portland, OR

В воскресенье, 17 ноября — с 10am до 6pm
в магазине EURO FOOD & DELI
1505 South 344th St, Federal Way, WA

Справки по телефону: 1-800-784-8444 ext. 302



Для тех, кто не осилил, ответы на странице 50

По горизонтали:

2. Старинный русский народный щипковый инструмент с корпусом круглой формы и длинным грифом.

5. Ударный музыкальный инструмент, относящийся к металлическим идиофонам с определённой высотой звучания. Изобретён в США в конце 1910-х годов.

6. Небольшой музыкальный эпизод, играющий роль связки между двумя частями музыкального произведения или отдельными вариациями.

7. Старинный клавишный ударный муз. Инструмент, один из предшественников фортепиано.

8. Поочередное пение солиста и хора или двух частей хора, как бы ведущих диалог.

9. Самый крупный по размерам (около четырёх метров в высоту; следующий — контрабас) и самый низкий по звучанию смычковый струнный музыкальный инструмент .

12. Американский народный струнный щипковый инструмент. По виду напоминает маленький барабанчик с длинным грифом и натянутыми струнами.

14. Музыкальное произведение или его часть, исполняемые быстро, весело, живо.

18. Западноафриканский барабан в форме усечённого конуса.

19. Торжественная песня, восхваляющая и прославляющая кого-либо или что-либо.

20. Обозначение медленного темпа исполнения музыкального произведения.

21. Группа исполнителей, выступающих со-

вместно.

22. Старинный бальный польский танец-шествие торжественного характера.

24. Украинский народный щипковый инструмент, состоящий из корпуса овальной формы и грифа.

25. Вокальное или инструментальное произведение повествовательного характера.

27. Хоровое муз. Произведение без или с инструментальным сопровождением, состоящее из нескольких частей, каждая из которых написана на духовный текст и предназначена для исполнения во время католической обедни.

30. Преувеличенная, восторженная похвала.

31. Духовой деревянный музыкальный инструмент, распространенный у народов закавказья, средней азии и ближнего востока.

32. Многострунный щипковый муз. инструмент.

34. Деревянный духовой музыкальный инструмент.

36. Ансамбль из пяти исполнителей.

По вертикали:

1. Русский народный щипковый инструмент с тремя (раньше двумя) струнами.

3. Музыкальный инструмент лютневого семейства в центральной европе в конце XVII начале XVIII века, был распространен в европейских странах.

4. Медный духовой инструмент. Практически не используется в качестве солирующего инструмента, заменяет валторну в маршевом оркестре.

7. Сочетания музыкальных звуков, воспринимающиеся как сумбурные, хаотические.

10. Китайский односторонний барабан небольшого размера.

11. Древнегреческий музыкальный инструмент в виде двух медных тарелок.

13. Вокальный стиль, отличающийся певучестью, легкостью, красотой звучания.

15. Небольшое представление между действиями основного спектакля, вставной музыкальный номер.

16. В пении — неравномерность колебаний голосовых связок, отражающаяся на частоте и спектре звука.

17. Крупное концертное произведение для солистов, хора и симфонического оркестра, написанное на определенный сюжет.

22. Способ пения псалмов в форме мелодической декламации.

23. Медный духовой мундштучный инструмент, с мягким, нежным тембром звука, напоминающим человеческий голос.

26. Разновидность гармони с клавиатурой фортепьянного типа для правой руки.

28. Наиболее низкий мужской певческий голос. Отличается большой глубиной и полнотой звучания.

29. Болгарский народный струнный смычковый музыкальный инструмент.

32. Струнный смычковый муз. Инструмент скрипичного семейства, больше скрипки.

33. Небольшое музыкальное произведение лирического характера.

35. Медный духовой инструмент со звуком насыщенного, мужественного, благородно-певучего тембра.

37. Полное или частичное повторение в другом голосе только что прозвучавшего мелодического оборота, темы, мелодии.


www.magautoglass.com
MASTER AUTO GLASS
MAG
SELL INSTALL REPAIR
Master Auto Glass
(253)797-3874
master_autoglass@yahoo.com
НУЖНО СТЕКЛО?
ПРОДАЕМ И УСТАНАВЛЕВАЕМ ЛЮБЫЕ СТЕКЛА, НА ЛЮБЫЕ МАШИНЫ.
• We sell and install any auto glass
• Cars -Trucks -Vans -RV's
• Rock chip repairs
• Certified Auto Glass Technician
• High Quality
• Low Prices
• Free Mobile Service to your home or office
• Insurance claims welcomed
• All work Guaranteed


Sisters, Save America!


StateFarm™

5 самых распространённых сожалений

Автор этой статьи — Бронни Вэа, женщина, которая много лет работала в хосписе. Её обязанность — облегчение состояния умирающих пациентов, с кем она проводила последние дни и часы. Из своих наблюдений она составила список основных сожалений людей, подошедших к самому краю жизни.



В НАШЕ ВРЕМЯ тотальной занятости и жизни на бегу мы все совершаем одну и ту же ошибку — поддаемся давлению обязательств. А потом жалеем.

Слишком много работаем, слишком мало отдыхаем, слишком поверхностно дружим, слишком рьяно переламываем себя, чтобы стать теми, кем мы по сути не являемся. Вспомните, когда вы в последний раз уходили домой вовремя? Когда вы провели выходные в отдыхе и расслаблении с друзьями?

Может быть, вы так кажетесь себе важным и нужным профессионалом, но рано или поздно это скажется и на вашем мироощущении, и на эффективности на работе.

Этот материал — сожаления людей, которым оставалось жить считанные дни, а может даже и минуты.

Прочтите его и подумайте: может вы упускаете что-то важное?

1. Я сожалею, что у меня не было смелости, чтобы жить жизнью, правильной именно для меня, а не жизнью, которую ожидали от меня другие.

Это наиболее распространенное сожаление среди людей. Когда люди осознают, что их жизнь почти закончена, они могут оглянуться назад и легко увидеть, какие их мечты остались не реализованными. Большинство людей едва ли пытались исполнить даже половину из их мечтаний и должны были умереть, зная, что это происходило только вследствие выбора, который они сделали или не сделали. Очень важно попытаться реализовать, по крайней мере, некоторые из ваших основных желаний на своем жизненном пути. С того момента, когда вы теряете свое здоровье, становится уже слишком поздно что-то предпринимать. Здоровье приносит ту свободу, которую очень немногие понимают, пока не теряют его.

2. Мне жаль, что я так много работал.

Это чувство было у каждого пациента мужского пола, о котором я заботилась. Они скучали по своей молодости и по своим взаимоотношениям. Некоторые женщины тоже высказывали такое сожаление. Но поскольку большинство их было старшего поколения, они, в основном, не занимались зарабатыванием средств для семьи. Все мужчины, с которыми я работала, глубоко сожалели о том, что потратили большую часть своей жизни на однообразный труд для добывания средств к существованию. Упрощая свой образ жизни можно сократить требования в доходах, которые вы думаете, вам нужны. Создавая больше пространства в вашей жизни, вы становитесь более счастливыми и более открытыми для новых возможностей.

3. Мне жаль, что у меня не было смелости выразить свои чувства.

Многие люди подавляли свои чувства, чтобы сохранить определенные взаимоотношения с другими. В результате они соглашались на посредственное существование и никогда не становились такими, какими бы они хотели себя видеть. Возникновение многих болезней было связано с испытываемыми чувствами горечи и негодования. Мы не можем управлять реакциями других. Хотя первоначально люди могут реагировать на изменения, которые вы вносите в отношения, не желательным для вас образом, в конечном счете, это поднимает отношения на новый более здоровый уровень. Лучше всего тем или иным способом устранять нездоровые отношения из вашей жизни.

4. Мне жаль, что я не поддерживал отношения со своими друзьями.

Часто эти люди действительно даже не осознавали всей пользы поддержания контактов со своими старыми друзьями, пока до их смерти не оставалось несколько недель, и уже не всегда была возможность их разыскать. Многие оказались настолько погруженными в свои собственные жизни, что позволили их дружбе многие годы проходить мимо них. Было много глубоких сожалений о том, что их дружбе не было уделено столько времени и усилий, которых эта дружба заслуживала. Все скучают по своим друзьям, когда умирают. Любому человеку, ведущему активный образ жизни, свойственно преуменьшать значение дружеских отношений. Но когда вы стоите на пороге смерти, материальные стороны жизни теряют свое значение. Конечно, люди хотят, чтобы их финансовые дела были в как можно большем порядке. Но не деньги и не статус сохраняют в конечном счете свое значение. Они хотят принести какую-то пользу тем, кого любят. Но обычно они уже слишком больные и уставшие, чтобы как-то справиться с этой задачей.

5. Мне жаль, что я не позволил/позволила себе быть более счастливым.

Этот вид сожаления был на удивление общим. Многие до конца не понимали, что их счастье это вопрос выбора. Они были подчинены привычкам и сложившимся представлениям. Они находились в плену «комфорта» привычного образа жизни. Из-за страха перед переменами они притворялись перед другими и перед самими собой в том, что были довольны своей жизнью.

Ответы на кроссворд

По горизонтали:
2. Домра
5. Вибрафон
6. Интерлюдия
7. Клавикорд
8. Антифон
9. Октобас
12. Банджо
14. Аллегро
18. Ашико
19. Гимн
20. Адажио
21. Ансамбль
22. Полонез
24. Бандура
25. Баллада
27. Месса
30. Дифирамб
31. Зурна
32. Арфа
34. Гобой
36. Квинтет

По вертикали:
1. Балалайка
3. Ангелика
4. Мелофон
7. Какофония
10. Баньгу
11. Кимвал
13. Бельканто
15. Интермедия
16. Вибрато
17. Оратория
22. Псалмодия
23. Валторна
26. Аккордеон
28. Бас
29. Гадулка
32. Альт
33. Ноктюрн
35. Баритон
37. Имитация





Contractors Specialist

425-877-3270



СВАДЬБЫ • БАНКЕТЫ

Современное оформление залов
Букеты из живых цветов
Фарфоровая посуда
Домашняя кухня
Доступные цены
Профессиональная переделка любой одежды

Olga's Wedding Service

253-632-7965







Восстановление и построение

кредитной истории

Более 1000 довольных клиентов, консультации бесплатно, одноразовая оплата, законно и быстро.

425-376-2840

оставьте сообщение

www.LsiCreditSolutions.com/rus





RUCON.build LLC

Требуются рабочие

(Finish Carpenters)

с лицензией, опытом или минимальным опытом работы по внутренним отделочным работам (Cabinets, Doors, Stair Cases, Crown Moldings, Trim, Hardware installation, etc.).

Пожалуйста, оставьте сообщение (Ваше имя, тел., и опыт в данной сфере деятельности) по тел.

(425) 923-8577



Вам обязательно перезвонят!

Vlad`s Tinting

ТОНИРОВКА СТЁКОЛ



- От **$100** - все машины
- Снимаем старую плёнкуи выезжаем на дом по договорённости
- Обслуживаем все города большого Сиэтла

ПОЖИЗНЕННАЯ ГАРАНТИЯ

Vladimir cell: 253. 678-8126



Engagement & Portraiture

Prom and Special Events

Bridal Services

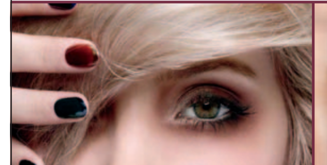
Individual Eyelash Extensions

Bride Makeup/Bridal party — **Irina Stoyan** — Trial runs and touch-ups

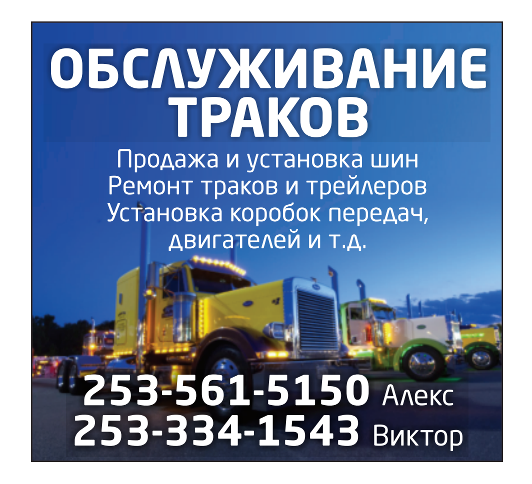
Makeup Artist

(253) 224-4350

iistoyan@yanoo.com













Хватит терять время!!!

Получите **бесплатно** подробную информацию, как можно организовать Ваш перспективный домашний бизнес.

Не откладывайте!
Звоните прямо сейчас!

253-229-1908 — Эдуард

Работает с 1959 года

Доступен для Всех

Риск= Ноль

Легально

Выгодно





Телефонный справочник

русско-язычных организаций штата Вашингтон

Ваша реклама в Справочнике — **всего $5/месяц**
(при размещении на 12 месяцев)

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Litchev Law Firm
600 108th Ave NE, Suite 1002
Bellevue, WA 98004
Tel. 425-999-9061
Natalia@eastsideattorney.com

Law Offices Of A. W. Dougherty
5451 S.W. 10th Street,
#104, Renton, Wa 98057
Тел: 206-909-2535

Kvasnyuk Law Offices
33530 1st Way South, #102
Federal Way, Wa 98003
(206) 265-3803 Simon
(206) 293-5466 Николай

Golden Gate Law Firm
Тел: 206-914-0393

АВТО СЕРВИС

Auburn Auto Clinic
Тел: 253-679-4580

Factory Direct Tire Sales
Тел: 425-774-5131

Line of Sight Autoglass
Тел: 253-820-2768

Mercedes of Lynwood
Тел: 206-353-7746

International Auto Repair Shop
Тел: 425-823-6019

L R G Auto Sales
Тел: 206-354-4342
Office: 253- 987-5378

Alpha Flet Sevices
(Trucks & Trailers)
Тел: 253-231-5500

Andy's Auto Center
Тел: 253-905-2323

Gas And Diesel Repair
Тел: 206-226-2176

VPA Auto Repair & Body
Тел: 425-251-1487

M***aster Auto Glass***
Тел: 253-797-3874

Odessa Auto Body & Glass
Тел: 253-307-7933

TRUCKING COMPANIES

Intransit LLC
Тел: 253-229-8346

Melan Enteprises Trucking
Тел: 206-406-2803

VNK Transportation & Towing
Тел: 206-619-6353

Spirit Trucking
Тел: 206-979-9768

БУХГАЛТЕРИЯ И НАЛОГИ

EVL Accounting Profess.
Тел: 425-686-0393

ФИНАНСЫ

Альберт Хачатуров
loan consultant
Тел: 206-898-3930

ВРАЧИ

Лечение Заболеваний Ног Михаил Бураковский
Тел: 425-822-7526

Медицинский и Ортопедический Массаж
Тел: 206-407-5602

Мануальный Терапевт Сергей Заржевский
Тел: 425-825-0898

СТОМАТОЛОГИ

Доктор Lyudmila Shur
Тел: 425-741-2030

ДЕТСКИЕ САДЫ/ ШКОЛЫ/ УРОКИ

Pacific Truck School LLC
Тел: 206-271-0636

Diana's Day Care
Тел: 206-914-9340

НЕДВИЖИМОСТЬ

Max Rombakh
Тел: 206-227-0737

Natalliya Kuksyuk
Тел: 253-653-5388

Виталий Петровский
Тел: 253-820-6133

Евгений Кулинковский
Тел: 425-444-1575

Микшанские
Тел: 253-255-2329

Петр Боришкевич
Тел: 253-218-9014

СТРАХОВАНИЕ

SAV-ON Insurance
Тел: 1-888-867-2866

Наталья Ковальская
(Farmers Insurance)
Тел: 253-841-4800

САЛОНЫ КРАСОТЫ И КОСМЕТИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Spa Bella Luna
Тел: 425-741-1004

Elena Skin Care
Тел: 425-772-9688

Olga's Beauty Spa
Тел: 206-383-2915

Парикмахерская в Киркланде
Мужской зал:
425-823-1181 Лена, Рита
Женский зал:
206-915-9319 Ирина

БЮРО ПУТЕШЕСТВИЙ

East West Tours
Тел: 425-4 TRAVEL

Gabriel Travel
Тел: 1-888- 505-419

Maestro USA Travel & Tours
Тел: 206-383-4480

Mission Valley Travel
Тел: 888-887-3060

World of Travel
Тел: 425-787-1377

СВАДЕБНЫЕ УСЛУГИ

Colibri Catering
Тел: 253-310-3837

Olga's Wedding Services
Тел: 253-632-7965

Переделываем свадебные платья.
253-864-0346

ФОТО/ВИДЕО

Elom Pictures
Тел: 206-403-6751

УСЛУГИ/РАЗНОЕ

ACS Чистка Карпета
Тел: 206-719-7518

Памятники
Тел: 253-315-3123

Live Music Academy
Тел: 253-642-6147

Cemetary & Funeral Home
Тел: 253-514-3959

Crystal Bright Cleaning
Тел: 425-228-0446

FIS Inc.
(Переводы)
Тел: 425-248-2255

WATransBureau
(Переводы)
Тел: 206-618-0716

PFC INC
Принимает на работу Finish Carpenters.
Тел: 425-750-6032

МАГАЗИНЫ

Quality Furniture
29314 Pacific Hwy. S., Suite 100, Federal Way, WA 98003
Тел: 206-920-9995

Marvel Food & Deli
615 C Street SW Auburn, WA 98001
Тел: 253-887-8181

Best International. Foods
9206 State Ave. #B
Marysville, WA 98270
Tel: 360-658-3902

Кто охраняет дверь вашего дома?

Сегодняшние американские дети — это потерянное поколение. Никакое другое поколение в истории не было так поражено сексом, наркотиками, алкоголем, алчностью и убийством в таком юном возрасте. Мой вопрос: кого же винить, и кто же виноват?

Все знают, что в наших государственных школах происходит нечто ужасное. Преступность и насилие стали столь обычным явлением, что многие школьные здания оборудованы теперь металлическими детекторами. Семиклассники могут заполучить пистолет и без всякой жалости расправиться со своими одноклассниками.

Сама система нашего образования стала мерзкой и извращённой. Учителя представляют учащимся атеизм, теорию эволюции, гомосексуальный образ жизни, сексуальную вседозволенность, антирелигиозный фанатизм. Учитель не может держать на своём столе Библию, но он может выставлять напоказ литературу на тему от коммунизма до порнографии.

С тех пор, как наша судейская система изгнала из наших школ Бога, их взял в свой удел сатана. Однако, я убеждён, что не наша скверная школьная система губит наших детей.

Всё наше общество переживает моральный кризис. Культурные программы и экспонаты выставок произведений искусства стали мерзкими и вульгарными, сделав богохульство заурядным явлением. Даже уважаемые лидеры в правительстве и бизнесе свободно прибегают к сквернословию. Они кощунствуют над Христом и даже не задумываются, произнося хулу на имя Бога.

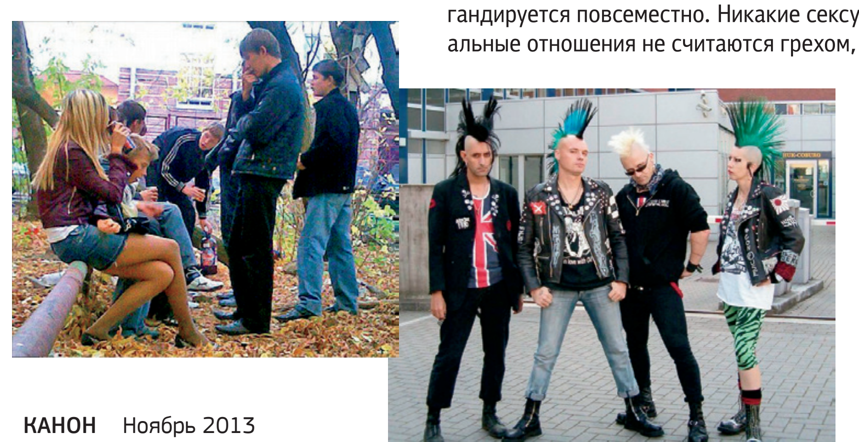
Переживаемый Америкой моральный упадок стал такой проблемой, что даже либералы-атеисты признают, что это угрожает самим основам нашей жизни. Но всё-таки не наше растленное общество губит наших детей.



Сегодня, кажется, все наши средства массовой информации находятся под демоническим контролем. MTV стало частной телесетью дьявола, где председательствует сам сатана. Музыкальные видео стали ничем иным, как бесстыдной порнографией с безнравственными, развращающими текстами песен.

Невозможно представить себе, какого рода демонически одержимые умы могли бы усиленно пичкать подобными извращениями целое молодое поколение. Торговцы этой адской грязью явно изломали свою собственную жизнь, а теперь они не удовлетворятся ничем меньшим, чем разрушение следующего поколения. Однако, даже безнравственная музыкальная сцена не ответственна за гибель нашей молодёжи.

В рекламных объявлениях секс пропагандируется повсеместно. Никакие сексуальные отношения не считаются грехом, так что буквально с каждым часом Америка всё глубже погрязает в разврате, и всё это при активном содействии средств массовой информации, находящимися в сговоре с силами ада. Но какими бы плохими ни стали занимающиеся рекламой компании, не они повинны в гибели нашей молодёжи.



Можно удивляться влиянию мёртвой, осквернённой церкви, которая вносит в Божий дом мирскую грязь. Многие пасторы сегодня привычно отрицают существование неба, ада и непорочное зачатие. Их церкви стали пустыми скорлупками, имеющими вид благочестия без всякой силы, а их служения стали настолько мягкими и успокаивающими, что молодежь толпами уходит от них. Молодым людям остаётся думать, что христианство не может иметь никакого отношения к их жизни.

Многие лидеры поклонения вместо гимнов исполняют рок-музыку в стиле MTV, в которой только мимоходом упоминается имя Иисуса. Вместо святого поклонения церкви теперь ставят панк-рок концерты, где угрожающего вида татуированные участники групп дико движутся по кругу, оскверняя Божий дом музыкой гневного бунта.

Однако, какой бы сухой и мирской ни стала осквернённая церковь, она не является главной силой, которая губит наших детей.

Многие родители, включая христиан, в потере нашей молодёжи винят все эти вещи. Когда их дети отбиваются от рук, обращаясь к наркотикам или алкоголю, их родители негодуют против школы, правительства, средств массовой информации, церкви, сверстников. Некоторые заканчивают тем, что забирают своих детей из общественных школ, отдавая их в христианские школы. Но слишком часто мятеж их детей только усугубляется.

Даже не обращённые родители предпринимают подобные действия в отношении своих детей. Они не хотят иметь ничего общего с религией, однако, посылают своих детей в воскресные школы, в надежде, что там им внушат некие положительные принципы. Они ожидают, что за какой-то один час в неделю учителя магическим образом превратят их юных мятежников в ангелов. Когда же этого не происходит, эти родители винят церковь за то смятение, которое их ребёнок продолжает вносить в их дом.

Кто же виноват в потере наших детей?

Все эти силы, которые я назвал, конечно же играют свою роль в разложении нашей молодёжи. Но ни школа, ни культура, ни средства массовой информации, ни безнравственная музыка, ни отступническая церковь в отдельности не являются причиной всего этого разрушения. Истина заключается в том, что ответственность за нынешнее поколение молодёжи в первую очередь лежит на родителях. Семья — вот место, где сеется больше всего семян бунтарства и порока.

Я должен спросить родителей: знаете ли вы, где находятся ваши дети, пока вы ходите, ища благословения? Не теряете ли вы в процессе этого своих детей? Вы можете свидетельствовать, как Бог изменил и возродил вас, но, если ваш дом в беспорядке, а ваши дети всё ещё бунтуют, вы упускаете главное, чем Бог благословил вас.

Дало ли вам свежее Божье прикосновение обновлённое бремя за ваших детей? Если нет, как вы можете сидеть в Божьем доме, эгоистично наслаждаясь Его присутствием, а потом идти домой, не озабоченными тьмою в вашем доме?

Поймите меня правильно, я не унижаю значения пробудительных собраний или божественных проявлений. Я сам испытал подлинные духовные пробуждения и движения Духа Святого. Как служитель Евангелия, я знаю, что Дух Святой воздействует на нашу плоть, чтобы сломить нашу гордыню, изобличить нашу духовную апатию и обновить наш дух. Также я не взваливаю вину за всё это бунтарство молодёжи на родителей. Существуют и другие причины их мирского состояния.

Позвольте мне теперь дать вам определение истинного пробуждения: оно происходит, когда восстанавливаются стены и ворота, охраняющие Божий дом, и это включает двери каждого христианского дома. Разрешите пояснить.

Книга Неемии предлагает яркую картину того, Что происходит в церкви во времена разрушения и отступничества.

Когда Неемия вместе с 43.000 других иудейских патриотов вернулись в Иерусалим, они нашли город, лежащим в страшных развалинах. Стены были разрушены, ворот не было, так что жителям не было никакой защиты от своих врагов, которые грабили город, как хотели: Санаваллат, аммонитяне, преступники, воры.

Эти враги полностью господствовали над Израилем по причине его отступления и непослушания Божьему Слову. Неемия пишет: «...за грехи наши. И телами нашими и скотом нашим они (наши враги) владеют по своему произволу, и мы в великом стеснении» (Неем. 9:37).

Иерусалим здесь является прообразом сегодняшней церкви Иисуса Христа. Подобно израильтянам, многие христиане находятся под полным господством греха, а беззаконие в Божьем доме принесло страдания и ярмо, распространяясь, как яд, по всему телу Христа.

Как же это произошло? Были разрушены стены истины — эти защитные барьеры, которые возводятся, когда верующие стоят на Божьем Слове. Вследствие нашего греха и компромиссов эти защитные ворота рушатся, оставляя массы христиан открытыми для сатанинских сил.



Неемия же представляет здесь Божий план восстановления. Этот человек знал, что для того, чтобы имело место какое-то истинное пробуждение, должны быть надёжные защитные стены истины, ограждающие народ Божий.

Ходил ли Неемия по этому городу без стен, призывая к возрождению сверхъестественных проявлений? Нет. Единственными проявлениями, которыми ознаменовалось прибытие Неемии, были мужчины и женщины с кирками и лопатами в руках. Они выполняли тяжкую работу по восстановлению городских стен и ворот, а Неемия руководил всем этим.

Эта работа восстановления началась в тот момент, когда Неемия принял на себя Господне бремя о разорении в Его доме. Когда Неемия увидел страдания и поругание, которое переносил Божий народ, он пал на колени, вопия: «...стена Иерусалима разрушена, и ворота его сожжены огнём» (Неем. 1:3).

Каким было следующее действие Неемии? Он постился и молился днём и ночью, исповедуя грехи Израиля: «Услышав эти слова, я сел, и заплакал, и печален был несколько дней, и постился и молился пред Богом небесным» (ст. 4).

Таково начало истинного пробуждения: когда группа подобных Неемии благочестивых верующих принимает на себя Господне бремя о церкви, уловленной в грех. Эти люди постятся и молятся, умоляя Бога начать восстановление стен и ворот, которые будут защищать Его народ от врагов.

Когда стены Иерусалима были отстроены, и ворота в них установлены, в каждом доме были назначены привратники и стражи.

От стен и ворот нет никакой пользы, если нет привратников, знающих, что можно, и чего нельзя впускать в них. Таким образом, Неемия говорит: «Когда стена была построена, и я вставил двери, и поставлены были на своё служение привратники и певцы и левиты» (Неем. 7:1).

Заметьте, что этими привратниками не были только одни священники. Это были рядовые верующие — музыканты, подсобные рабочие, люди всякого звания. Им даны были указания: «Пусть не отворяют ворот Иерусалимских, доколе не обогреет солнце, и доколе они стоят, пусть замыкают и запирают двери» (ст.3).

Бог говорит Своему народу: «Мой дом будет местом света, куда не будет доступа тьме. Да будет всякий, кто входит и всё, что входит сюда, открытою книгой, читаемой при свете Моего Слова».

Я узнал недавно трагическую историю, в которой был замешан служитель одной весьма большой церкви. Этот человек был широко известен в своей округе, и был изобличён в совершении прелюбодеяния и злоупотреблении церковными средствами. Некоторые благочестивые пасторы той местности проявили озабоченность и пришли к старейшинам церкви этого служителя. Они предложили на шесть месяцев отстранить его от служения. Затем они предложили собраться вокруг него, чтобы поддерживать и дисциплинировать его, помочь ему восстановиться — всё на основании Писания.

Но старейшины отвергли это предложение. Вместо этого, они решили оставить своего служителя, без всякого дисциплинирования. Они сказали пасторам: «Мы не хотим лишиться проповедей нашего служителя. Он такой красноречивый проповедник. И, кроме того, глубоко в сердце он действительно является хорошим человеком, с которым »

у нас в церкви подлинно дружеские отношения. Знаете, все мы имеем свои слабости».

Одна женщина в церкви согласилась с этим, говоря: «Мне нет дела до того, что сделал наш пастор. Его проповеди — это единственный способ, которым я могу заставить моего неверующего мужа пойти со мной в церковь. Я проголосовала за то, чтобы он оставался».

Все эти люди ясно понимали свою ответственность, возложенную на них Богом, действовать, как привратники. Но они отказались закрыть свои ворота для тьмы. К сожалению, они позволили подкупить себя благодаря человеческим дружеским связям.



Я говорю каждому старейшине, читающему это слово, включая старейшин нашей церкви: никогда не позволяйте себе стать слепыми к Божьему Слову вследствие дружеских связей с каким бы то ни было служителем. Вы поставлены Богом быть стражами ворот Его дома. И если кто-то приносит в вашу церковь благовестие, которое не согласуется с Писанием, ваш долг — с любовью указать этому проповеднику на его неправоту.

Я не сторонник того, чтобы старейшины командовали и контролировали всё в церкви. Однажды я испытал ужас быть оскорбляемым такой группой во время моего самого первого пасторского служения. Старейшины этой церкви, обладая крепкими кулаками, изгоняли всех своих пасторов за предшествующие тридцать лет.

Мне было всего девятнадцать лет, когда я начинал служение пастора в этой церкви, а все 19-летние могут ошибаться. Но однажды четверо старейшин, отозвали меня в сторону и, усадив в комнате, обвинили в диктаторских замашках. Они осыпали меня обвинениями, не давая мне вставить и слова. Это было наихудшее переживание в моей молодой жизни.

Когда всё было окончено, всё, что я мог ответить, было: «Божье Слово говорит не прикасаться к помазаннику. Итак, если вы верите, что Господь помазал меня быть пастором этой церкви, тогда вы не правы, так обвинять меня. Я оставляю всё Богу — пусть Он судит вас». К сожалению, все эти четверо впоследствии, так или иначе, приняли на себя Господень суд.

Как привратники, мы должны стоять на страже дверей Божьего дома в смирении — посредством поста, молитвы и любовной заботы, выражаемой в страхе Божьем.

Неемия сказал: «Поставьте стражей из жителей Иерусалима, каждого на свою стражу и каждого напротив дома его» (Неем. 7:3).

Согласно приказу Неемии, стражи были поставлены не только у ворот святого города, но также к каждому дому. Главы всех семей, то есть родители, были ответственны за всё, что входило в их дом.

Божья весть здесь кристально ясна: отцы и матери, вам вменяется в обязанность охранять ваш дом от всякого демонического врага, пытающегося войти. Это означает, что вы ответственны за каждую книгу, видео или аудиокассету, за каждого друга, которые ваш ребенок приносит или приводит с собой в дом. Вы также ответственны за всякое влияние внутри вашего дома, будь то ТВ, видео или интернет.

Я искренне убеждён, что сегодня родителям нужно больше мудрости в распознавании добра и зла, чем когда-либо в истории. Сатана имеет намного больше греховных изобретений и тонких уловок, чтобы использовать их против Божьего народа. И только посредством ежедневной прилежной молитвы и погружения в Божье Слово мы будем иметь силу против него в качестве стража своего дома.

Прежде чем продолжить, я хочу ободрить одиноких родителей: Бог знает вашу борьбу за то, чтобы быть для ваших детей и отцом, и матерью. Но ваша ответственность остаётся той же: вы поставлены Им быть стражами в вашем доме. Вы не можете ожидать, пока появится супруг и сделает за вас эту работу. Господь обещает наделять вас всею благодатью и силой, если вы будете стоять за Его Слово в вашем доме.

Когда я думаю о тех двух подростках в Колорадо, которые убили своих одноклассников и самих себя, я думаю: где были их родители? Эти ребята изготавливали в домашнем гараже самодельные бомбы, а в комнате у них было полно информации, являвшейся разгадкой того, что они замышляли: человеконенавистнические изречения, угрожающие записи, чёрные плащи и шляпы. Неужели их отцы никогда не проверяли их, хотя бы изредка? Неужели их матери никогда не входили в их комнату для уборки и не замечали всех этих демонических атрибутов? Явно, что у их двери не было никакого стража.

Сегодня, когда я вижу подростков с проколотыми языками, демоническими символами и прическами «под ирокеза», я рассматриваю это как явные симптомы отверженности. Такие ребята взывают: «Мама, папа, вы пренебрегаете мною! Вы слишком заняты, вы даже не замечаете, что я существую».

Однажды мы все предстанем пред судным престолом и ответим Господу за то, как мы воспитываем своих детей. И в тот момент никто из нас не сможет представить извинения или обвинить кого-то другого. Поэтому мы должны сегодня проверять себя, спрашивая: воспитывали ли мы своих детей в страхе и наставлении Господнем? Являлась ли наша жизнь для них примером любви к Богу и благоговения пред Ним?

Я помню, как будучи мальчиком и играя во дворе, я слышал, как моя мать молится за меня на третьем этаже нашего дома. Её пример ярко запечатлелся в моей памяти. Позднее, когда мы с Гвен растили уже своих детей, мы делали то же самое, молясь за своих малюток, согласно Притчам: «Господи, да будут наши сыновья как дубы у живой воды, а наши дочери как драгоценные камни в Твоём дворце. Сохрани их от всех коварных умыслов лукавого».

Каждый родитель-христианин имеет большие надежды на своё дитя. Я вижу постоянно в нашей церкви, как родители выводят наперед своих детей, чтобы посвятить их Господу. Наши пастора молятся. Затем мы помазываем их елеем и просим,

чтобы Святой Дух воздвиг вокруг них огненную стену.

Но случается, мне приходят в голову мысли о том, сколько из этих драгоценных деток закончат свою жизнь в дьявольских когтях — наркотиках, уголовных преступлениях, только потому что их папа или мама не заботились достаточно о духовной атмосфере в их доме? Неужели они пойдут в погибель, потому что их родители были поглощены своими личными проблемами, никогда не уделяя им внимания или подобающего дисциплинирования?

Может быть, вы являетесь родителем, который страдает из-за того, что ваш взрослый сын или дочь больше не служат Господу. Или же ваше сердце разбито, потому что ваш подросток пристрастился к наркотикам или алкоголю. Вы видите, как ваше когда-то нежное дитя становится раздражительным, жестоким и полностью погибшим.

Это слово не имеет цели осудить вас. Никто не может возвратить прошлое. Но у меня есть к вам вопрос. Когда вы вспоминаете свои родительские годы, спросите себя: были ли вы подлинным стражем вашего дома? Молились ли вы ежедневно за своих детей? Или же вы были слишком заняты? Не получилось ли, что вы дали своим ребятишкам запугать вас?

Теперь всё это в прошлом. Однако остаётся нечто, что вы можете сделать: вы всё ещё призваны, в качестве стража, прилежно молиться о спасении вашего ребёнка. Да, это истина — вы можете наверстать сегодня в молитве то, что, возможно, вы упустили за прошедшие годы. Вы всё ещё можете искать Божье лицо, купая ваше возлюбленное дитя в молитве, призывая Святого Духа, чтобы Он обличил его и привёл ко кресту.

Я должен, однако, предостеречь вас: если ваши дети отпали или не спасены, вы не должны проповедовать им. Просто молитесь о них. Вы никого не можете своим придирчивым ворчанием загнать в Небесное Царство. Наркоманы, один за другим, рассказывают мне: «У меня всё ещё звенит в ушах от крика моей матери. Я мог слышать его за квартал».

В том, чтобы повысить голос, нет никакой реальной силы, потому что вся сила принадлежит Духу Святому. Поэтому укрепляйтесь, почитая Божье Слово. Когда кто-то входит в ваш дом, они должны сразу же почувствовать, что в этом доме владычествует Бог, хотя бы они не услышали ни слова. И до тех пор, пока дети не станут взрослыми, вы являетесь ответственным стражем, имеющим власть устанавливать все правила в доме.

Писание ясно говорит, что если вы воспитываете своих детей на авторитете Божьего Слова, они не отойдут от этого и в последующие годы. Они могут уклониться от него на время, даже на годы — но в конечном итоге это приведёт их назад к истине.

Библия предлагает слово надежды всем родителям, которые скорбят об отступивших детях.

Вот одно заветное обетование о детях, которое должен запомнить каждый родитель. Оно применимо как к тем детям, которых вы потеряли, так и к тем, кто находятся сейчас под вашей опекой:



«А ныне слушай, Иаков, раб Мой, и Израиль, которого Я избрал. Так говорит Господь, создавший тебя и образовавший тебя, помогающий тебе от утробы матери: не бойся, раб Мой, Иаков, и ты, Иешурун, которого Я избрал.

Ибо Я изолью воды на жаждущее и потоки на иссохшее; излию дух Мой на племя твоё и благословение Моё на потомков твоих: и будут расти между травою, как ивы при потоках вод» (Ис. 44:1-4 — англ. пер).

Это слово обетования к Израилю предназначено сегодня и для нас. Слова этого утешения даны всем избранным (см. ст.1), всем, кто во Христе.

Господь начинает, говоря нам в стихах 1-2: «Я Господь, сотворивший тебя, и Я знаю твою боль. Теперь Я собираюсь помочь тебе. Тебе не нужно бояться». Слово «Иешурун» в этом стихе означает «праведник». Другими словами, Бог даёт эти обетования Своим праведникам — славные, твёрдые, заветные обетования. Вот эти обетования:

• Бог даст воду, которая утолит нашу жажду: «Ибо Я изолью воду на жаждущее и потоки на иссохшее» (ст.3). Даёт ли тебе Господь Своё утоляющее жажду Слово? Приходит ли Он к тебе во время твоей засухи, чтобы наполнить тебя Своим Духом? Пьёшь ли ты чистую воду Его Слова?

Если да, ты можешь претендовать на другое заветное обетование:

• «Излию дух Мой на племя твоё и благословение Моё на потомков твоих. И будут расти между травою, как ивы при потоках вод» (ст.3-4).

Как, возможно, вы знаете, деревья ивы растут крепкими и высокими, и широко простирают свои ветви. Вы часто видите их растущими у ручья или водоёма. Бог говорит здесь: «Так как вы являетесь Моими избранными, Я изолью Мой Дух на ваших детей и сделаю, что они будут расти высокими и сильными в Господе».

Когда вы читаете и перечитываете вновь эти стихи, я хочу, чтобы вы вставляли в них имя вашего потерянного ребёнка. Претендуйте на Божье обетование к вам, молясь: «Господи, Ты сказал, что будешь изливать Твой Дух на моё дитя. Благослови же теперь моего сына Михаила. Излей Твой Дух на мою дочь Сюзен. Дай, чтобы они оба жаждали Твоей живой воды».

• Наконец, Бог говорит, что ваши дети будут свидетельствовать: «Я Господень» (ст.5). Какое невероятное обетование!

Однако, эти обетования не предназначены для всякого, кто просто говорит: «Я Христов». Они принадлежат только алчущим, жаждущим родителям — тем, кто ежедневно пьёт воду Божьего Слова, постоянно молясь и прося Дух Святой, чтобы Он излился на них в Своей силе и присутствии.

Если это является описанием вас, тогда просите о Божьих обетованиях. Присваивайте их, и напоминайте о них Господу в своих ходатайственных молитвах. Затем купайте свою семью в молитве и смотрите, как убегает враг. Аминь!



Давид Вилкерсон
Евангелический проповедник, пастор

Spirit Trucking

Direct:
(206) 979-9768
Office:
(206) 274-9909

Приглашаем на работу!

Профессиональных водителей
по 48 штатам

Local drivers: from $200-$400 per day, must be USA citizen

Диспетчер говорит по-русски

Трейлеры for rent $1000 в месяц

Приглашаем Owner/Operators
- $1.20 empty & loaded miles (all miles) with fuel surcharge

Компания покрывает:
IFTA / Tolls / Pallets / Trip permit in the following states: OR, NY, NM, KY

Требуются опытные механики

Pacific Hwy S
5
18

1209 S 343 st.
Federal Way, WA 98003
E-mail:
spirit_trucking@yahoo.com

Ремонтируем Траки и Трейлеры (oil change, breaks, seals, service A/C ...etc)

NEW!

FOR SALE Trucks and Trailers:

- 1997-1998 Great Dane & Utility Tralers - TK Units & air-ride suspension **$12,500**
- 1999 Volvo 770 (2002 Detroit 60 Series engine installed with 550K miles) **$28,500** (13 spd)
- 2000 Freightliner FLD **$19,000** obo (13 spd)
- Self Balancers $170 Steer & $180 drive/trailer axles (per set)
- **MICHELIN TIRES (GOOD PRICE)**

АДВОКАТСКАЯ ФИРМА FELDMAN & LEE, P.S



www.feldmanandlee.com

Ваши адвокаты:
Джеймс Фельдман
Катерина Кростовска
Джейсон Фельдман
Туан Фэн
Дэвид Ли
Брэндон Фельдман
Патрик Фельдман

Найдем ключ к решению любой ситуации

АВТОМОБИЛЬНЫЕ И ДРУГИЕ ВИДЫ АВАРИЙ

- аварии на большегрузных автомобилях
- велосипедные
- мотоциклетные
- аварии с вовлечением пешеходов
- укусы собак

оплата услуг после получения компенсации

СЕМЕЙНОЕ ПРАВО

- предбрачные и послебрачные договоры
- родительский план алименты разводы
- раздел имущества завещания

КРИМИНАЛЬНОЕ ПРАВО DUI

- незаконное хранение или ношение огнестрельного оружия
- воровство и кражи
- серьезные нарушения правил уличного движения
- угрозы, покушения и нападения
- преступления несовершеннолетних
- нарушения условных осуждений
- преступления, связанные с наркотиками
- федеральные криминальные обвинения



253-859-2488



РОМАН БРИЧКА
ассистент адвоката

19303 44th Ave W,
Lynnwood, WA 98036
fax 425.775.8016

604 West Meeker St, Suite 206,
Kent, WA 98032
fax 253.859.2295

1601 3rd Street, Suite 2,
Marysville, WA 98270
fax 425.775.8016